СИДИМ ДОМА. ЧИТАЕМ КНИГИ

КОГДА ДЕТИ ДОМА

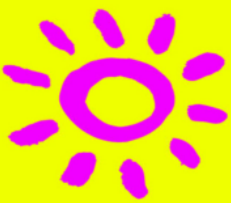
Светлана ШИШКОВА

БУКВОГРАММА

ТОЛЬКО на ЛИТРЕС

УЧИМСЯ ЧИТАТЬ

ИГРЫ и ЗАДАНИЯ от 3 до 6 лет



SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Игра – не только способ занять ребенка, но и отличное средство для обучения и подготовке к школе. Именно игра помогает развивать все виды интеллекта: мыслительный, эмоциональный и физический. Даже маленького ребенка при помощи игр можно научить читать, писать и считать.

В этой книге вы найдете 30 простых занятий для вашего ребенка. Каждое занятие – это набор простых и веселых игр. С их помощью вы сможете скорректировать проблемы развития, расширить словарный запас, укрепить нервную систему, развить память и внимание, мелкую и крупную моторику, начать обучение письму и чтению.

- Светлана Шишкова
  -
  - Благодарность
  - Как продуктивно работать с этой книгой?
  - День 1
  - День 2
  - День 3
  - День 4
  - День 5
  - День 6
  - День 7
  - День 8
  - День 9
  - День 10
  - День 11
  - День 12
  - День 13
  - День 14
  - День 15
  - День 16
  - День 17
  - День 18
  - День 19
  - День 20
  - День 21
  - День 22
  - День 23
  - День 24
  - День 25

- День 26
- День 27
- День 28
- День 29
- День 30
- Заключение
- Список литературы

Светлана Шишкова
Когда дети дома. Буквограмма научит читать. Игры и задания от 3 до 6 лет

© Шишкова С., 2020
© ООО «Издательство АСТ», 2020

* * *

Благодарность

Книга – это всегда результат жизненного опыта.

Мы проснулись и мир изменился. Нам важно понять и разобраться, как по-новому развивать и обучать детей, как самим оставаться в ресурсном состоянии? Ведь всего лишь вчера мы все говорили, чтобы дети отошли от гаджетов, а сегодня они получают знания через экран компьютера. Важно помнить, что при занятиях с детьми важен и ценен каждый день, каждый момент, и он неповторим.

Благодарю рецензента, Михееву Анастасию Анатольевну, кандидата психологических наук, которая не только дала ценные профессиональные рекомендации, но и поддержала написание данной книги.

И конечно же, такая книга не смогла бы появиться без моих детей, без их эмоций, впечатлений, идей и творчества.

Как продуктивно работать с этой книгой?

Самый чудесный и плодотворный период в развитии ребенка – дошкольный и младший школьный возраст. В книге вы найдете логично выстроенные задания на каждый день, выполняя которые в течение месяца вы сможете развить у своего ребенка волевые качества, творческие способности, а также активизируете три вида интеллекта: эмоциональный интеллект, интеллект мысли, интеллект тела.

Проведя легкую и понятную самодиагностику своего ребенка, вы сможете использовать те приемы и подходы, которые помогут развивать крупную и мелкую моторику, ловкость в движениях, координацию, пространственные представления, стратегическое мышление, коммуникативные навыки, воображение, а также все виды памяти, внимание, кругозор.

Предложенные в данной системе занятия призваны решить три основные проблемы.

1. Развитие речи, памяти, внимания.

Несформированность и слабость этих процессов очень часто мешает детям полноценно усваивать знания в детском саду и школе, не позволяет им запоминать необходимую информацию, не дает возможности сосредоточиться на учебном процессе.

2. Развитие продуктивной коммуникации.

Сложности в общении как со сверстниками, так и со взрослыми, не позволяют ребенку полноценно проявить себя в социуме.

3. Укрепление психоэмоционального состояния, нервной системы, а также развитие процессов саморегуляции.

В книге большое внимание уделяется игровым формам проведения самостоятельных занятий дома. Именно такой формат занятий активизирует эмоциональное состояние ребенка, пространственные представления, повышает общий мышечный тонус, а это в свою очередь хорошо запускает волевые и речевые процессы.

Очень важно не упустить драгоценное время, когда ребенок находится по каким-либо причинам дома, в этот момент можно правильно подготовить ребенка к школе, сформировать у него волевые навыки и учебную мотивацию, а в период школьного

обучения поддерживать сформированные навыки и развивать новые. Вы сможете не только самостоятельно провести экспресс-диагностику готовности вашего ребенка к школе, уровень его развития, но и получите конкретные маршрутные карты по решению выявленных проблем.

Вам предложена программа на 30 дней занятий дома. Последовательные занятия с ребенком по авторской системе «Буквограмма» выстроены в форме органайзера. Данный подход поможет родителям продуктивнее взаимодействовать со своим ребенком, а также развивать у ребенка стремление к знаниям и учебе.

А если у вас появятся вопросы или возникнет необходимость профессиональной диагностики, консультации, терапии, то вы всегда можете обратиться ко мне, в Психологический центр «ДОМ»: **www.spcdom.ru** в Москве или написать по электронной почте **pc_dom@mail.ru**.

Желаю всем продуктивного, интересного, позитивного чтения. Играя и общаясь с детьми, вы помогаете им обучаться и развиваться. Открывая в своих детях таланты, помогайте им становиться сильнее, умнее и, конечно, добрее!

Тридцать дней, которые перевернут мир

В книге мы предлагаем тридцатидневную систему занятий для развития ребенка. В ежедневных занятиях 6 видов заданий. Каждое занятие вы используете или изучаете (если ребенок не знает букв) букву, которая применяется как стимулирующий инструмент для активации всех отделов головного мозга. В конце каждого дня идет балловая система понимания уровня освоения данного материала ребенком, а также фиксация даты занятия. Посмотрите полученные результаты баллов и придерживайтесь данных рекомендаций.

Результат выполнения заданий одного дня:

0 баллов – не смог совсем сделать;

1 балл – сделал больше половины;

2 балла – полностью справился.

Если ребенок получил 0 баллов, то не стоит пока дальше давать задания по данному разделу, необходимо объяснить задание, проговорить с ребенком смысл предложенного задания и выполнить его снова.

Если ребенок получил 1 балл – повторите выполнение только того задания, которое не получилось, еще раз, и только после этого можно переходить к следующему дню.

Если ребенок получил 2 балла – смело переходите к следующему дню.

Напоминаем, что продолжительность занятия не должна превышать 30 минут. Обязательно следуйте нейропсихологическим рекомендациям, составленным к каждому дню. Рекомендуем выполнять задания с ребенком ежедневно. Но, прежде чем приступить к тридцатидневному марафону, предлагаем заполнить опросник, который вам точно поможет понять, как же заниматься продуктивно с вашим любимым и дорогим ребенком.

Нейропсихологический опросник для подбора формы проведения занятий с детьми

Прочитайте вопросы-утверждения. Если высказывание совпадает с состоянием ребенка на данный момент времени, то поставьте галочку в столбике ДА, если такое состояние не проявляется или очень редко бывает – отметьте галочкой столбец НЕТ.

№	Вопрос	ДА	НЕТ
1	Ребенок очень подвижный, непоседливый		
2	Ребенку тяжело оставаться на одном месте, все время вскакивает		
3	Ребенку тяжело сосредоточиться		
4	Отмечается двигательная неловкость, неуклюжесть		
5	Отмечается мышечный гипотонус или гипертонус		
6	Испытывает сложности в переключении с одного вида деятельности на другой		
7	Ребенок тревожный, мнительный, стеснительный		
8	Трудно входит в контакт с другими детьми		
9	С трудом понимает шутки		
10	Ночью просится спать с родителями		
11	Тяжело расставаться с родителями		
12	Плаксивый, легко начинает плакать по пустякам		
13	Ребенку тяжело запоминать информацию		
14	Играет в игры младше своей возрастной группы		
15	Речь не соответствует возрасту		
16	С трудом понимает эмоции других детей		
17	Не может полностью играть в игру по установленным правилам		
18	Не любит игры, где надо подумать		

Результаты

За каждый ответ ДА – насчитывается 1 балл.

Вопросы с 1-го по 6-й направлены на определение необходимости ребенка в движениях.

Если сумма баллов в данном разделе получилась 3 и более, то с ребенком необходимо проводить занятия с элементами подвижных игр. Чем балл ближе к 6, тем активнее надо использовать элементы подвижных игр в занятиях, тем больше должно быть в занятиях форм переключения с одного вида деятельности на другой. Важно правильно подобрать и сочетать игровые формы с учебными и обучать ребенка использовать в этом процессе правильное дыхание, не задерживать его, что поможет снять гиперактивность. Применяя такую форму занятий с детьми данной категории, вы поможете ребенку развивать и формировать процессы саморегуляции, крупную и мелкую моторику, укрепить нервную и иммунную системы. Данный подход в занятиях укрепляет у ребенка волевые процессы, помогает переключаться с одного вида деятельности на другой, а также формирует стрессоустойчивоть.

Вопросы с 7-го по 12-й направлены на определение необходимости ребенка в коммуникации.

Если сумма баллов в данном разделе получилась 3 и более, то с ребенком важно в занятиях использовать приемы различных сюжетно-ролевых игр. Чем балл ближе к 6, тем более тщательно надо подбирать и использовать в занятиях и воспитании ребенка элементы ролевых игр. Применяйте на занятиях различные игрушки, обучайте ребенка через сценарии сказок, проигрывая сначала знакомые сказки, а потом сюжеты из жизни, например в детском саду, дома, на отдыхе. Очень хорошо данным детям для обучения подходят приемы театротерапии, о которых подробно написано в книге Шишковой С. Ю. «Театротерапия. Счастливый сценарий жизни».

Именно эта форма занятий поможет ребенку постепенно развивать, формировать и корректировать процессы коммуникативной сферы, повышать эмоциональный интеллект, снимать тревожность и неуверенность. Занятия, проводимые в такой форме, также помогут проработать внутреннюю тревожность, зажатость, стеснительность, что необходимо как при комплексной подготовке ребенка к обучению в школе, так и школьникам. Если такой подход в занятиях с ребенком использует психолог, то это позволит проработать еще и семейные проблемы, а также выстроить семейную психотерапию. Если родители сами используют в занятиях с ребенком такой подход, то важно прислушиваться к тому

сценарию, который ребенок проигрывает, и затем сообща менять деструктивные семейные установки.

Вопросы с 13-го по 18-й направлены на определение познавательной сферы.

Если сумма баллов в данном разделе получилась 3 и более, то ребенок готов к получению информации. Чем балл ближе к 6, тем активнее можно использовать в занятиях подходящие под возраст и общее развитие ребенка элементы развивающих игр. Посмотрите игры данной категории в книге Шишковой С. Ю. «Буквограмма. От 2 до 7», однако, если ваш ребенок не может все усвоить, упрощайте информацию и правила, фиксируйте это в конце каждого проведенного занятия в разделе «Для заметок». Именно такая форма занятий поможет ребенку с интересом развивать логическое и творческое мышление, слухоречевую и зрительную память, внимание, речевые процессы, номинативную функцию речи, последовательность в высказываниях, формировать логическую и смысловую составляющую устной речи, а также великолепно подготавливает ребенка к школе, формирует учебную мотивацию и навыки продуктивной коммуникации.

В книге вы найдете много интересных и увлекательных заданий, способствующих всестороннему развитию ребенка в возрасте от 5 до 8 лет. После того как вы поняли, какой формат занятий больше всего подходит вашему ребенку, приступайте к тридцатидневной системе развития. Желаем продуктивных и интересных занятий!

День 1

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит облако грусти

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большое облако у себя в голове.

2. Делает вдох через рот, надувая живот.

3. А потом сильно-сильно выдыхает через нос втягивая живот и выдувает прочь облако грусти!

4. Ребенок задерживает дыхание, зажимает нос пальцами и думает изо всех сил об этом облаке.

5. Далее открывает свой нос, убирает руки и дышит спокойно.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится растворить все облако грусти!

Теперь можно дышать как обычно. От облака в голове не осталось и следа, и теперь на его месте появилось голубое небо!

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Родитель берет небольшой предмет (игрушку, которая интересна ребенку) и плавно водит им перед глазами ребенка на расстоянии 20 см:

• слева направо и в обратном направлении;

• вверх, вниз и в обратном направлении;

• от носа и к носу (ребенок смотрит на предмет, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа).

Каждое движение выполняется 1 раз. На 1–2 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен стараться удерживать взгляд в этих крайних точках.

Ребенок должен следить за предметом только глазами, не двигая головой. К этому результату вы придете постепенно. Не перегружайте ребенка.

Покажите ребенку, как выполняется это упражнение. Предложите ребенку самому сделать это упражнение.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

Нужно покататься, как «бревнышко», по полу с вытянутыми прямыми руками и ногами («макароны»). Сначала вправо, затем влево.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква О

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву О.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

Если составляете свой текст, то старайтесь использовать как можно больше слов, в которых встречается изучаемая вами буква. Вы можете выделить букву, для того чтобы малыш ее нашел, а можете ничего не изменять в тексте. Всегда учитывайте способности ребенка. Данная рекомендация относится ко всем занятиям раздела.

Важно! В данных занятиях используйте трехгранные ручки, карандаши, фломастеры. Такие формы письменных принадлежностей помогают ребенку правильно расположить пальцы и отлично снимают излишнюю нагрузку на мелкие мышцы руки, а также предупреждают писчий спазм.

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, который мы

предлагаем, или подберите сами, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Например:

Я по коробу скребен,
По сусеку метен,
На сметане мешон,
Да в масле пряжон…

«Колобок», русская народная сказка

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка или воспользуйтесь настольной игрой «Буквограмма 3 в 1».

А теперь **вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления:**

У человека – одна, у коровы – две, у ястреба – ни одной. Что это? (***Буква О***).

6. Чтение вслух

Читайте 3–10 минут не спеша, с выражением и правильной интонацией сказку, соответствующую возрасту, развитию и состоянию ребенка. Старайтесь подбирать такой материал для чтения, где часто встречается изучаемая буква. Данная рекомендация относится ко всем занятиям раздела.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 2

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит облако грусти

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большое облако у себя в голове.

2. Делает вдох через рот, надувая живот.

3. А потом сильно-сильно выдыхает через нос втягивая живот и выдувает прочь облако грусти!

4. Ребенок задерживает дыхание, зажимает нос пальцами и думает изо всех сил об этом облаке.

5. Далее открывает свой нос, убирает руки и дышит спокойно.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится растворить все облако грусти!

Теперь можно дышать как обычно. От облака в голове не осталось и следа, и теперь на его месте появилось голубое небо!

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Родитель берет небольшой предмет (игрушку, которая интересна ребенку) и плавно водит им перед глазами ребенка на расстоянии 20 см:

• слева направо и в обратном направлении;

• вверх, вниз и в обратном направлении;

• от носа и к носу (ребенок смотрит на предмет, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа).

Каждое движение выполняется 1 раз. На 1–2 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен стараться удерживать взгляд в этих крайних точках.

Ребенок должен следить за предметом только глазами, не двигая головой. К этому результату вы придете постепенно. Не перегружайте ребенка.

Покажите ребенку, как выполняется это упражнение. Предложите ребенку самому сделать это упражнение.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

И. п. – ребенок сидит, обхватив согнутые ноги руками, затем откатывается назад, ложась на спину, и возвращается в и. п. Ребенку можно помочь, подстраховать его, чтобы не ударился головой. Повторяет 3–5 раз. Затем делает «каталку» из стороны в сторону.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква С

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую проходите сегодня.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Гуси-лебеди полетали-полетали,
покричали-покричали
и ни с чем улетели к Бабе-Яге.

«Гуси-лебеди», русская народная сказка

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка или воспользуйтесь настольной игрой «Буквограмма 3 в 1».

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Сорока летит, а собака на хвосте сидит. Может ли это быть? (***Да – собака сидит на собственном хвосте, рядом сорока летает.***)

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 3

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит облако грусти

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большое облако у себя в голове.

2. Делает вдох через рот, надувая живот.

3. А потом сильно-сильно выдыхает через нос втягивая живот и выдувает прочь облако грусти!

4. Ребенок задерживает дыхание, зажимает нос пальцами и думает изо всех сил об этом облаке.

5. Далее открывает свой нос, убирает руки и дышит спокойно.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится растворить все облако грусти!

Теперь можно дышать как обычно. От облака в голове не осталось и следа, и теперь на его месте появилось голубое небо!

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Родитель берет небольшой предмет (игрушку, которая интересна ребенку) и плавно водит им перед глазами ребенка на расстоянии 20 см:

• слева направо и в обратном направлении;

• вверх, вниз и в обратном направлении;

• от носа и к носу (ребенок смотрит на предмет, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа).

Каждое движение выполняется 1 раз. На 1–2 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен стараться удерживать взгляд в этих крайних точках.

Ребенок должен следить за предметом только глазами, не двигая головой. К этому результату вы придете постепенно. Не перегружайте ребенка.

Покажите ребенку, как выполняется это упражнение. Предложите ребенку самому сделать это упражнение.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

1. И. п. – ребенок сидит, обхватив согнутые ноги руками, затем откатывается назад, ложась на спину, и возвращается в и. п. Ребенку можно помочь, подстраховать его, чтобы не ударился головой. Повторяет 3–5 раз.

2. Покататься, как «бревнышко», по полу с вытянутыми прямыми руками и ногами («макароны»). Сначала вправо – затем влево.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Э

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую проходите сегодня.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

> *…Не без грусти Маленький принц вырвал также последние ростки баобабов.*
>
> *«Маленький принц», Антуан де Сент-Экзюпери*

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Что надо сделать, чтобы пять парней остались в одном сапоге? ***(Каждому из них снять по одному сапогу.)***

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 4

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит тучу обиды

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую серую тучу у себя в голове. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.

2. Далее ненадолго задерживает дыхание. И на задержке дыхания он описывает головой большой круг. В это же время он представляет вокруг все хорошее, что вернуло бы ему солнышко, но что он упустил из-за своей обиды.

3. Ребенок сильно и быстро выдыхает через рот и выдувает эту большую тучу.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится выдуть всю тучу целиком.

Теперь можно дышать как обычно. От тучи в голове не осталось и следа, а на ее месте появилось солнышко.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Родитель берет небольшой предмет (игрушку, которая интересна ребенку) и плавно водит им перед глазами ребенка на расстоянии 20 см:

• слева направо и в обратном направлении;

• вверх, вниз и в обратном направлении;

• от носа и к носу (ребенок смотрит на предмет, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа).

Каждое движение выполняется 1 раз. На 1–2 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен стараться удерживать взгляд в этих крайних точках.

Ребенок должен следить за предметом только глазами, не двигая головой.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

Ребенок последовательно делает следующие упражнения: правая рука сжата в кулак, а левая раскрытая ладонь касается стола, затем меняет – правая рука раскрыта, а левая сжата. Сделать 10 раз.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Г

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую проходите сегодня.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Три девицы под окном
Пряли поздно вечерком.
«Кабы я была царица, –
Говорит одна девица, –
То на весь крещеный мир
Приготовила б я пир».

«Сказка о царе Салтане»,

А. С. Пушкин

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

В каком месяце болтливая девочка говорит меньше всего? ***(В феврале – самом коротком месяце.)***

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 5

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит тучу обиды

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую серую тучу у себя в голове. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.

2. Далее ненадолго задерживает дыхание. И на задержке дыхания он описывает головой большой круг. В это же время он представляет вокруг все хорошее, что вернуло бы ему солнышко, но что он упустил из-за своей обиды.

3. Ребенок сильно и быстро выдыхает через рот и выдувает эту большую тучу.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится выдуть всю тучу целиком.

Теперь можно дышать как обычно. От тучи в голове не осталось и следа, а на ее месте появилось солнышко.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Сегодня ребенок делает самостоятельно упражнение глазами. Взрослый снимает выполнение на телефон и затем разбирает качество выполнения задания вместе с ребенком.

ВНИМАНИЕ! Обязательно похвалите ребенка и только потом укажите на недочеты, если они есть.

3. Упражнения в виде игры на координацию движений

И. п. – лечь на живот, руки вытянуть вперед, приподнять прямые ноги, прогнуться и покачиваться в таком положении. Повторить 3–5 раз.

И. п. – лечь на спину. Ноги прямые, руки вдоль туловища. Поднять прямые ноги и написать в воздухе одновременно двумя ногами слово НОС.

ВАЖНО! Укрепляйте мышцы пресса. Это улучшает физическое и психическое здоровье.

4. Упражнения на буквы

Сегодня буква Т

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую проходите сегодня.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Мишка очень любит мед!
Почему? Кто поймет?
В самом деле, почему
Мед так нравится ему?

«Винни Пух», А. Милн, Б. Заходер

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка или воспользуйтесь настольной игрой «Буквограмма 3 в 1».

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Чем оканчиваются день и ночь? ***(Мягким знаком.)***

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 6

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит тучу обиды

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую серую тучу у себя в голове. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.

2. Далее ненадолго задерживает дыхание. И на задержке дыхания он описывает головой большой круг. В это же время он представляет вокруг все хорошее, что вернуло бы ему солнышко, но что он упустил из-за своей обиды.

3. Ребенок сильно и быстро выдыхает через рот и выдувает эту большую тучу.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится выдуть всю тучу целиком.

Теперь можно дышать как обычно. От тучи в голове не осталось и следа, а на ее месте появилось солнышко.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Сегодня ребенок делает самостоятельно упражнение глазами. Взрослый снимает выполнение на телефон и затем разбирает качество выполнения задания вместе с ребенком.

ВНИМАНИЕ! Обязательно похвалите ребенка и только потом укажите на недочеты, если они есть.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

«Кулак – ребро – ладонь». Взрослый показывает, а ребенок после просмотра делает последовательные движения. Сначала ведущей рукой выполняется, затем не ведущей. Меняются лишь позы, сама рука не меняет месторасположения. Рука, сжатая в кулак, ставится на стол, затем с раскрытой ладонью ставится на стол ребром и после кладется открытой ладонью на стол.

Если ребенок самостоятельно не может сделать, два раза вы выполняете задание вместе с ним медленно и молча, потом предлагаете ему сделать самому и в более быстром темпе. Затем то же с закрытыми глазами. *Выполняйте упражнение поочередно обеими руками.* При необходимости можно предложить ребенку

те же движения, но в измененной последовательности, например «ребро – ладонь – кулак». Сделать 3–5 раз.

ОЧЕНЬ ВАЖНО! Научите ребенка любое задание сначала выполнять медленно, используя устное подкрепление, команду. Затем постепенно речь из устной переходит во внутреннюю, а скорость увеличивается. Этот прием дети могут использовать при любых затруднениях.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква П

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Свет мой, зеркальце! скажи,
Да всю правду доложи:
Я ль на свете всех милее,
Всех румяней и белее?

«Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях»,

А. С. Пушкин

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка или воспользуйтесь настольной игрой «Буквограмма 3 в 1».

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Как найти прошлогодний снег?

(Выйти на улицу сразу после начала нового года.)

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 7

1. Дыхательное упражнение, которое разгонит в душе туман вины

1. Ребенок закрывает глаза и представляет туман вокруг себя. Он вдыхает через нос, надувая живот, и вытягивает обе руки перед собой.

2. Ребенок задерживает дыхание и немного поднимает руки вверх. Затем несколько раз разводит их в стороны и соединяет, как будто разгоняет туман.

3. Далее длинный выдох через рот, и руки возвращаются в исходное положение вдоль тела.

Ребенок проделывает упражнение 3 раза.

Необходимо сделать 3 вдоха и выдоха, потому что за 1 раз туман из неприятных эмоций не рассеется.

Научите ребенка этому приему и используйте его в жизни в ситуации, когда ребенок чувствует себя виноватым и никак не может это чувство прожить.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Сегодня ребенок делает самостоятельно упражнение глазами. Количество повторов – 2 раза в каждую сторону.

Взрослый снимает выполнение на телефон и затем разбирает качество выполнения задания вместе с ребенком.

ВНИМАНИЕ! Обязательно похвалите ребенка, и только потом укажите на недочеты, если они есть.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

И. п. – лежа на животе. Ползать на животе с помощью рук и ног, затем только с помощью рук. Затем перевернуться на спину и стараться ползти, активно работая всем телом. Поставьте на пути ребенка стулья, табуретки, под которыми он должен проползать. Повторите несколько раз.

ВАЖНО! Укрепляйте мышцы пресса и спины. Это улучшает не только физическое здоровье, но и психическое.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Н

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

> *Однажды ночью, когда Дюймовочка спала в своей колыбельке, через открытое окно в комнату пробралась большущая старая жаба, мокрая и безобразная.*
>
> *Сказка «Дюймовочка», Г. Х. Андерсен*

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка или воспользуйтесь настольной игрой «Буквограмма 3 в 1».

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Каких камней нет в море? ***(Сухих.)***

Проведите эксперимент – покажите ребенку сухие камешки,

затем намочите их.

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 8

1. Дыхательные упражнения

И. п. – стоя. Зажигаем свечку (можно декоративную, для торта), делаем глубокий вдох через нос и дуем на свечку медленно и долго. Повторяем 2–5 раз. Если свечка потухла, то опять ее зажигаем.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – лежа на спине, голова неподвижна.

Родитель берет небольшую игрушку, которая интересна ребенку, и плавно водит ею перед глазами ребенка:

• слева направо и в обратном направлении на расстоянии 20 см;

• вверх, вниз и в обратном направлении;

• от носа и к носу (ребенок смотрит на предмет, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа).

Каждое движение повторяется 3 раза. На 1–2 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен стараться удерживать взгляд в этих крайних точках.

Ребенок должен следить за предметом только глазами, не двигая головой. К этому результату вы придете постепенно. Не перегружайте ребенка.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

И. п. – ребенок стоит и внимательно смотрит на взрослого. Взрослый говорит, какое движение ребенку нужно будет сделать, и при этом сам показывает намеренно неверные движения (например, дает команду поднять правую руку, а сам поднимает ногу, и т. п.). Ребенок должен правильно выполнить голосовую команду.

Затем надо поменяться ролями, инструктором становится ребенок; он показывает упражнения другим (взрослому, ребенку) и контролирует правильность выполнения.

ВАЖНО! Чтобы ребенок не забывал важную информацию,

нужно периодически возвращаться к пройденному материалу. Выучив новый элемент, нужно быстро вспоминать все предыдущие. Этот метод называют методом увеличения объема памяти.

Вспомните игру с мячом. Нужно бить мячом о стену: сначала – обеими ладонями; затем – ударом руками, сложенными в замок, снизу; бросать из-за спины мяч, ударять о стену и ловить его; затем бросать из-под ноги.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буквы Е и Ё

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

И тридцать витязей прекрасных
Чредой из вод выходят ясных,
И с ними дядька их морской.

«Руслан и Людмила», А. С. Пушкин

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка или воспользуйтесь настольной игрой «Буквограмма 3 в 1».

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

На дубе растут три ветки. На каждой ветке по три сливы. Сколько слив на дубе? ***(Ни одной – на дубе сливы не растут.)***

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

День 9

Сегодня ребенка познакомьте с часами, какие они бывают: настенные, наручные, будильник, электронные, песочные. Покажите все разновидности часов, какие у вас есть в доме. Поговорите о времени, объясните, что есть часы и минуты, что они складываются в сутки, в неделю, месяц, год. Все задания выполняйте, записывая время, которое затратит ребенок на выполнение каждого упражнения. И если ребенок захочет придумать историю про часы, позвольте ему это сделать.

Любые проявления самостоятельности и инициативы поощряйте, но направляйте в правильное русло.

1. Дыхательные упражнения

И. п. – сидя или стоя. Берем воздушный шар (убедитесь, что он надувается), делаем вдох носом, а затем длинный выдох ртом, как можно медленнее – надуваем шар (2–4 раза). Ребенок должен увидеть, как надувается шар. Пусть посмотрит, как это делаете вы.

Повесьте на стену календарь на неделю и каждый день прикрепляйте шарик, надутый ребенком. Важно, чтобы ребенок видел свои результаты.

Запишите продолжительность выполнения задания.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Сегодня ребенок делает самостоятельно упражнение глазами. Количество повторов – 2 раза в каждую сторону.

Взрослый снимает выполнение на телефон и затем разбирает качество выполнения задания вместе с ребенком.

ВНИМАНИЕ! Обязательно похвалите ребенка, и только потом укажите на недочеты, если они есть.

Запишите продолжительность выполнения задания.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

Вы показываете упражнение, поочередно сжимая и разжимая правую и левую руки, а затем ребенок повторяет. Запомните:

сначала медленно, а затем все быстрее. Сделайте 3–7 повторов. Если у ребенка не получается, то подключите устную команду и разбейте на этапы данное упражнение:

• положили на стол руки – одна в кулаке, другая раскрыта;
• подняли руки;
• поменяли – одна раскрыта, другая в кулаке;
• опустили.

Учите ребенка по ходу выполнения упражнения проговаривать инструкцию.

Запишите продолжительность выполнения задания.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Ч

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

Запишите продолжительность выполнения задания.

5. Игра «Отгадайка»

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Стоит дуб. На дубе 12 веток, на каждой ветке по 4 гнезда, в каждом гнезде по 7 птенцов, у каждого птенца одно крыло белое, другое черное. Что это? ***(Год, месяцы, недели, дни и ночи.)***

Запишите продолжительность выполнения задания.

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Можно включать хорошие радиопостановки и аудиокниги. Следите, чтобы в них не использовалась мультяшная речь.

Запишите продолжительность выполнения задания.

ВАЖНО! Обязательно используйте произведения, в которых говорится о временах года. Прорабатывайте с ребенком последовательность времен года и их характеристики.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 10

1. Дыхательные упражнения

Исходное положение (И. п.) – сидя или стоя. Берем воздушный шар (убедитесь, что он надувается), делаем вдох носом, а затем длинный выдох ртом, как можно медленнее – надуваем шар (2–4 раза). Ребенок должен увидеть, как надувается шар. Пусть посмотрит, как это делаете вы.

Повесьте на стену календарь на неделю и каждый день прикрепляйте шарик, надутый ребенком. Важно, чтобы ребенок видел свои результаты.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – стоя. Родитель берет шар и плавно водит им перед глазами ребенка на расстоянии 25 см от переносицы из верхнего левого края вниз по диагонали, затем из правого верхнего угла вниз по диагонали.

Каждое движение повторяется 3 раза. На 2–3 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях. Ребенок должен стараться удерживать взгляд на этих крайних точках.

Старайтесь не показывать упражнение, а объяснять, как его правильно выполнять.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

Напомните ребенку, где правая и левая рука, нога, глаз, ухо. Затем ребенок садится напротив взрослого и выполняет упражнения, повторяя движения той рукой, какой делает взрослый. После выполнения каждого задания принимается свободная поза.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Ш

Шаг 1. Покажите схему и как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Шаг 2. Ребенок пробует сделать самостоятельно это же

упражнение у себя на лице указательным пальцем ведущей руки.

Шаг 3. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 4. В предложенной ниже схеме букв надо подчеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и подчеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

– Бабушка, а почему у тебя такие большие руки?
– Это чтобы покрепче обнять тебя, дитя мое.
– Бабушка, а почему у тебя такие большие уши?
– Чтобы лучше слышать, дитя мое.

«Красная Шапочка», Ш. Перро

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Что с земли легко поднимешь, но далеко не закинешь? ***(Пух, воздушный шар.)***

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 11

Дыхательное упражнение, которое разгонит в душе туман вины

1. Ребенок закрывает глаза и представляет туман вокруг себя. Он вдыхает через нос, надувая живот, и вытягивает обе руки перед собой.

2. Ребенок задерживает дыхание и немного поднимает руки вверх. Затем несколько раз разводит их в стороны и соединяет, как будто разгоняет туман.

3. Далее длинный выдох через рот, и руки возвращаются в исходное положение вдоль тела.

Ребенок проделывает упражнение 3 раза.

Необходимо сделать 3 вдоха и выдоха, потому что за 1 раз туман из неприятных эмоций не рассеется.

Научите ребенка этому приему и используйте его в жизни в ситуации, когда ребенок чувствует себя виноватым и никак не может это чувство прожить.

Научите его радоваться своим успехам, а ошибки учиться исправлять.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Сегодня ребенок делает самостоятельно упражнение глазами. Взрослый снимает выполнение на телефон и затем разбирает качество выполнения задания вместе с ребенком.

ВНИМАНИЕ! Обязательно похвалите ребенка, и только потом укажите на недочеты, если они есть.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

Напомните ребенку, где правая и левая рука, нога, глаз, ухо.

И. п. – ребенок стоит на четвереньках (на ладонях и коленях). Делает шаг, сначала правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой и т. д. Важно, чтобы ребенок одновременно переставлял руку и ногу. Так он проходит на четвереньках небольшое расстояние примерно 1–3 м, а затем возвращается задом наперед. Для интереса положите ребенку на спину игрушку, которую он будет перевозить. Повторите 2 раза.

4. Упражнения на буквы

Сегодня буква Щ

Достаньте все карточки с буквами, которые ребенок уже изучил. Дайте ребенку попробовать самому написать букву Щ у себя на лице. Не спешите показывать – только если ребенок делает неверно. Покажите, как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Изведал враг в тот день немало,
Что значит русский бой удалый,
Наш рукопашный бой!..

«Бородино», М. Ю. Лермонтов

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

На посту стоят 2 солдата, у каждого по одному щиту и по одному шлему. Сколько у каждого солдата доспехов? А у двоих вместе? ***(У каждого по 2 доспеха. Всего – 4.)***

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Читайте и слушайте произведения, в которых говорится о воинах, героях, подвигах.

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 12

1. Дыхательные упражнения

И. п. – сидя или стоя. Берем дудочку, свисток, свирель и делаем глубокий вдох через нос, далее выдыхаем через рот и дуем в музыкальный инструмент. Повторяем 2–3 раза.

Важно, чтобы ребенок, выполняя дыхательные упражнения, слышал, что происходит, и мог оценить свои результаты. Во время выполнения этого упражнения сделайте запись на диктофон или телефон и после дайте прослушать ребенку. Научите ребенка слушать себя, сравнивать свои результаты, радоваться своим успехам, а ошибки учиться исправлять.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Родитель берет небольшой предмет и плавно водит им перед глазами ребенка:

• слева направо и в обратном направлении на расстоянии 25 см от переносицы;

• вверх, вниз и в обратном направлении;

• от носа и к носу (ребенок смотрит на предмет, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа);

• по кругу: по часовой стрелке и против нее;

• по диагонали.

Каждое движение выполняется 1 раз.

На 2–3 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен стараться удерживать взгляд в этих крайних точках.

Ребенок должен следить за предметом только глазами, не двигая головой. К этому результату вы придете постепенно. Не перегружайте ребенка.

Попросите малыша сильно и быстро растереть ладони и приложить их к глазам – это снимет напряжение.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

И. п. – ребенок стоит на четвереньках (на ладонях и коленях). Делает шаг, сначала правой рукой и ногой, затем левой рукой

и ногой и т. д. Важно, чтобы ребенок одновременно переставлял руку и ногу. Так он проходит на четвереньках небольшое расстояние, примерно 1–3 м. Затем ребенок двигается задом наперед, как ему хочется.

ВАЖНО! Учите ребенка выполнять правила и инструкции, но в то же время давайте свободу выбора. Пусть создает свои правила.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Ц

Достаньте все карточки с буквами, которые ребенок уже изучил. Дайте ребенку попробовать самому написать букву Ц у себя на лице. Не спешите показывать – только если ребенок делает неверно. Покажите, как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, которое он уже слышал раньше Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои. Например такое.

Белая береза
Под моим окном
Принакрылась снегом,
Точно серебром.

«Береза»,

С. Есенин

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Что не имеет длины, глубины, ширины, высоты, а можно измерить?

(Температуру, время…)

6. Чтение вслух

Начните читать ребенку книги, которые были замечательно экранизированы в виде мультфильмов, спектаклей.

Покажите ребенку мультфильм по книге, которую вы читали. Обсудите увиденное.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 13

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит ненависть

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет свою энергию в виде красной раскаленной спирали.

2. Затем он вдыхает через нос, надувая живот, таким образом впуская в себя спокойствие.

3. Выдох через рот, выпуская весь воздух, но так, чтобы спокойствие осталось внутри.

4. Затем, задержав дыхание, надо наклониться вперед. Руки отвести назад. На задержке дыхания несколько раз округлить и втянуть живот. Пружину надо окутывать спокойствием, постепенно она остывает и становится голубой.

5. Ребенок выпрямляется, делает вдох, а руки возвращает в исходное положение вдоль тела. Красная спираль стала голубой.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что 1 раза недостаточно, чтобы почувствовать, как красная раскаленная спираль ненависти становится голубой и спокойной-спокойной!

Затем ребенок снова начинает дышать ровно и спокойно. Он чувствует себя бодрым и умиротворенным! Теперь он готов заняться чем-нибудь полезным или тем, что просто любит.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя. Родитель берет небольшой предмет и плавно водит им перед глазами ребенка:

• слева направо и в обратном направлении на расстоянии 25 см от переносицы;

• вверх, вниз и в обратном направлении;

• от носа и к носу (ребенок смотрит на предмет, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа);

• по кругу: по часовой стрелке и против нее;

• по диагонали.

Каждое движение выполняется 1 раз. На 2–3 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен стараться удерживать взгляд в этих крайних точках.

Попросите ребенка сильно и быстро растереть ладони и приложить их к глазам, это снимет напряжение.

3. Упражнения на координацию движений в виде игры

И. п. – лежа на спине. Ребенок по команде взрослого поднимает руки и ноги. Например: правая нога вверх, левая рука вверх, левая нога вверх, правая нога вниз, правая рука вверх, ноги опустить, две руки вниз, две ноги вверх – держим – опустили. А теперь сам сделай так, как тебе хочется.

ВАЖНО! Учите ребенка выполнять правила и инструкции, но в то же время давайте свободу выбора. Пусть создает свои правила.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Б

Достаньте все карточки с буквами, которые ребенок уже изучил. Дайте ребенку попробовать самому написать новую букву у себя на лице. Не спешите показывать. И если только ребенок делает неверно, исправьте его. Посмотрите, как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркивать ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки с заданиями, соответствующими возрасту вашего ребенка. Достаньте все пройденные карточки с произведениями, пусть ребенок вытащит одну карточку, а вы ему зададите вопросы по ней.

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Какой месяц перед мартом, но после января? С какого месяца начинается год? Чем год заканчивается? Из каких месяцев состоит лето?

(Февраль. Январь. Декабрь. Июнь, июль, август.)

6. Чтение вслух

Продолжите читать ребенку книги, которые были экранизированы в виде мультфильмов, спектаклей.

Покажите ребенку мультфильм по книге, которую вы читали. Обсудите увиденное.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 14

История с буквой В

Прочитайте малышу сказку.

Жила-была буква В. Она гордилась тем, что с неё начинаются такие слова: Воин, Высокий, Верный, Варенье, Вологда.

Придумай к каждому слову пару, например: Воин – смелый, Высокий – низкий, Верный – друг, Варенье – малиновое, Вологда – город.

Буква В дружила с буквой Щ, ведь их объединял Воин и Щит. Но особенно В любила ВЕТЕР – восточный, сильный, тёплый, прохладный, да каких только ветров не бывало!

После этого предложите ребенку найти букву В в данном тексте.

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит ненависть

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет свою энергию в виде красной раскаленной спирали.

2. Затем он вдыхает через нос, надувая живот, таким образом впуская в себя спокойствие.

3. Выдох через рот, выпуская весь воздух, но так, чтобы спокойствие осталось внутри.

4. Затем задержав дыхание надо наклониться вперед. Руки отвести назад. На задержке дыхания несколько раз округлить и втянуть живот. Пружину надо окутывать спокойствием, постепенно она остывает и становится голубой.

5. Ребенок выпрямляется, делает вдох, а руки возвращает в исходное положение вдоль тела. Красная спираль стала голубой.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что 1 раза недостаточно, чтобы почувствовать, как красная раскаленная спираль ненависти становится голубой и спокойной-спокойной!

Затем ребенок снова начинает дышать ровно и спокойно. Он чувствует себя бодрым и умиротворенным! Теперь он готов заняться чем-нибудь полезным или тем, что просто любит.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – стоя. Родитель берет небольшой предмет и плавно водит им перед глазами ребенка на расстоянии 25 см от переносицы из верхнего левого края вниз по диагонали, затем из правого верхнего угла вниз по диагонали.

Каждое движение повторяется 3 раза. На 2–3 секунды необходимо задержать предмет в крайних положениях. Ребенок должен стараться удерживать взгляд на этих крайних точках.

ВАЖНО! Старайтесь не показывать, как делается упражнение, а объяснять.

3. Упражнения на координацию тела в виде игры

Сначала прорабатывается правая сторона тела, затем левая, далее верхняя часть тела – от талии и нижняя часть тела – от талии. Это лучше делать по следующей схеме: соотнести части тела с правой рукой (правый глаз, щека и т. д.), затем – с левой рукой, после этого – в перекрестном варианте (например, показать правую бровь и левый локоть).

И. п. – ребенок стоит на четвереньках (на ладонях и коленях). Делает шаг, сначала правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой и т. д. Важно, чтобы ребенок одновременно переставлял руку и ногу. Так ребенок проходит на четвереньках небольшое расстояние, примерно 1–3 м. Затем он двигается задом наперед по вашей команде.

Если двигается правая рука, то ребенок смотрит вправо, если левая – влево.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква В

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А

И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Ветер, ветер! Ты могуч,
Ты гоняешь стаи туч.

«Сказка о мертвой царевне и семи богатырях», А. С. Пушкин

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Без рук, без ног, деревья гнет. ***(Ветер.)***

6. Чтение вслух

Продолжите читать ребенку книги, которые были замечательно экранизированы в виде мультфильмов, спектаклей.

Покажите ребенку мультфильм по книге, которую вы читали. Обсудите увиденное.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 15

Предложите ребенку провести это занятие с вами самому (конечно, под вашим наблюдением). Не забудьте подготовить к занятию карточки, книги, бумагу, карандаши, краски, свистульки.

Напоминайте ребенку шаги и очередность заданий, если он их забыл. Выполняйте его инструкции. Ошибайтесь. Просите его помочь и разъяснить задания.

1. **Сказка про букву З.**
2. **Дыхательные упражнения.**
3. **Глазодвигательные упражнения.**
4. **Упражнения на координацию движений в виде игры.**
5. **Упражнения с буквами** и новая буква З.
6. **Чтение вслух.**

Поблагодарите ребенка за проведенное занятие, за интересные упражнения. Расскажите ему, что вам больше всего понравилось.

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 16

История с буквой Р про РАКЕТУ

Это занятие проведите в виде ролевой игры «в Ракету». Создайте из стульев некую конструкцию, подключите к этому процессу ребенка и, находясь вместе с ребенком в этом сооружении, проведите все занятие. Определите, кто будет командиром ракеты. Учите ребенка выполнять правила, а также самому выстраивать собственные правила и при этом их обязательно выполнять.

ВАЖНО! Для того чтобы ребенок не забывал важную информацию, нужно периодически возвращаться к пройденному материалу. Выучив новый элемент, нужно быстро вспоминать все предыдущие.

1. **История про букву Р.**
2. **Дыхательные упражнения.**
3. **Глазодвигательные упражнения.**
4. **Упражнения на координацию движений в виде игры.**
5. **Упражнения с буквой Р.**
6. **Чтение вслух.**

Поблагодарите ребенка за проведенное занятие, за интересные упражнения. Спросите, что ему понравилось, а затем скажите ему, что вам больше всего понравилось.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 17

Это занятие нацелено на проработку у ребенка различных страхов, тревог, волнения. Для этого вам понадобится обычный фонарик или фонарик на телефоне.

Уберите яркое освещение в комнате или сделайте некий домик, дети очень любят играть в ограниченном пространстве. Можно забраться под стол, а боковые пространства слегка закрыть скатертью, простыней. Обязательно следите, чтобы в небольшом пространстве всегда был воздух, не допускайте духоты.

Исследуйте с помощью фонарика все темные места в квартире, в шкафу, при этом проговаривайте: **«У нас есть Фонарик, он яркий, луч у него сильный, смелый, и все страшилки, которые мы себе придумываем, этот Фонарик быстро стирает своим светом»**.

В дальнейшем, когда у ребенка будут появляться страхи, напоминайте про этот Фонарик и смелый луч. Желательно после занятия фонарик отдать ребенку.

С этого занятия и до конца курса перед любым упражнением надо давать ребенку сделать три глотка воды. Для занятия у вас должна быть подготовлена чашка с 50–100 (не более) мл воды. Контролируемый прием воды во время физической, эмоциональной, психологической нагрузки помогает справиться с напряжением.

Проведите любые варианты упражнений из пройденных занятий.

1. Дыхательное упражнение, которое поможет побороть страх

1. Ребенок закрывает глаза. Он делает вдох через нос и задерживает дыхание. Затем кладет обе руки себе на голову и представляет сверкающие доспехи, от которых сразу станет светло.

2. Ребенок задерживает дыхание на вдохе и руками в воздухе рисует вокруг себя доспехи, которые сверкают, как солнце.

3. Закрывшись со всех сторон доспехами, ребенок сильно-сильно делает выдох и выдувает из себя свой страх.

Ребенок делает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз весь страх не выдуешь. Теперь можно дышать как обычно.

2. Глазодвигательное упражнение, какое захочет выполнить ребенок сам.

4. Упражнения на координацию движений в виде игры, какие придумает или вспомнит из изученных сам ребенок.

5. Упражнения с буквой Ф.

6. Чтение вслух.

Поблагодарите ребенка за интересную игру. Спросите, что он узнал важного и интересного, как он будет это потом использовать?

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 18

Для занятия приготовьте чашку с 50–100 мл воды. Приучайте ребенка пить воду. Контролируемый прием воды во время физической, эмоциональной, психологической нагрузки помогает справиться с напряжением.

Предложите нарисовать на листе бумаги все уже изученные буквы. Пусть ребенок заполнит весь лист формата А4 разноцветными буквами, пусть они будут разного размера, повторяются. Предложите ребенку составить слова из пройденных букв. Покажите, как это можно сделать.

Сыграйте в игру «Царство природы». Ребенку надо будет изобразить следующие движения.

«Синица» – мелкие, короткие прыжки, быстрые и законченные движения.

«Орел» – сильные, мощные, иногда парящие движения корпуса и рук, движения в широком диапазоне (пространственном и телесном).

«Лебедь» – плавные, широкие, грациозные движения, текучесть пластики.

«Котик» – пластичные движения, можно издавать звуки.

«Мышка» – осторожные семенящие движения.

В конце каждой волшебной игры-превращения необходимо проиграть с ребенком обратное *перевоплощение* в самого себя (например, *проползая* по волшебному тоннелю, животные превращаются в людей).

Можно нарисовать животное, которое больше всего нравится.

ВАЖНО! Определение направлений в пространстве относительно своего тела является следующим этапом формирования пространственных представлений.

1. Дыхательное упражнение, которое победит стеснение

1. Ребенок закрывает глаза и представляет перед собой красивый костюм тигра. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот, и вытягивает руки перед собой.

2. На задержке дыхания подцепляет костюм, как будто у него есть когти, и надевает его на себя.

3. Сильный и смелый, как тигр, ребенок делает выдох через рот. Расслабляет плечи и руки.

4. Ребенок говорит себе, что он теперь такой же сильный и смелый, как тигр.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз настоящим тигром не станешь! Теперь можно дышать как обычно.

Ребенок чувствует себя сильным и уверенным, как настоящий тигр. У него на душе ясно и светло – и никаких облаков!

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя, рот открыт, язык высунут и лежит спокойно. Ребенок перемещает предмет самостоятельно, или ему помогает взрослый.

Взять в ведущую руку предмет (игрушку) и отвести его на расстояние согнутой в локте руки, плавно перемещать слева направо и в обратном направлении. Затем вверх и вниз к носу (смотреть на предмет обоими глазами, глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). На 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ). Ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Одновременно с глазами в ту же сторону двигается язык.

Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и около переносицы.

3. Упражнения на координацию движений

1. Расположите на полу различные стулья и табуретки. Расставьте их так, чтобы ребенок мог под ними проползать. Проползать важно на животе, на левом и правом боках, а также на спине. Приучайте малыша предварительно прокладывать себе маршрут. Это упражнение укрепит его физически и поможет развитию пространственных представлений. В процессе занятий развиваются теменные отделы головного мозга.

2. Ребенок начинает движение правой рукой и левой ногой, затем подключает левую руку и правую ногу. Упражнение выполняется в обратном направлении, то есть малыш пятится назад (4–6 раз).

4. Упражнения с буквами

Сегодня буквы Ы, Ъ, Ь

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

> *В городе Стокгольме, на самой обыкновенной улице, в самом обыкновенном доме живет самая обыкновенная шведская семья по фамилии Свантесон.*
>
> *«Малыш и Карлсон», А. Линдгрен*

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Два братца друг на друга глядят – сойтись не могут. ***(Берега реки.)***

Реши пример: 2 + 2 =?

6. Чтение вслух

Попросите вспомнить ребенка сказку, историю, мультфильм про мышку. Затем посмотрите или прочитайте это произведение.

Теперь попросите ребенка вспомнить, какие он буквы уже знает, и на каждую букву пусть придумает слово.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 19

Как всегда, подготовьте чашку с 50–100 мл питьевой воды. Контролируемый прием воды во время физической, эмоциональной, психологической нагрузки помогает справиться с напряжением.

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит злость

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую черную грозовую тучу у себя в голове.
2. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.
3. Руки вдоль туловища. При вдохе сжимаются кулаки.
4. На задержке дыхания надо быстро поднимать и опускать плечи несколько раз, как будто закачивать насосом всю свою злость в эту тучу.
5. Далее ребенок со всей силы выдыхает через рот, расслабляя руки и плечи. Он выдул из себя тучу злости!

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится выдуть из себя все-все-все молнии! Теперь можно дышать как обычно. От тучи в голове не осталось и следа, и теперь на ее место можно позвать солнышко.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя, рот открыт, язык высунут и лежит спокойно. Ребенок перемещает предмет самостоятельно или взрослый помогает.

Взять в ведущую руку предмет (игрушку) и плавно перемещать слева направо и в обратном направлении. Затем вверх и вниз к носу (смотреть на предмет обоими глазами, глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). На 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ). Ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Одновременно с глазами в ту же сторону двигается язык.

Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и около переносицы. Добавьте массаж или самомассаж активных точек на лице ребенка.

3. Упражнения на координацию движений

• Ребенок стоит на четвереньках, руки параллельны друг другу. Шагает одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и левая нога. Взгляд направлен в сторону шагающей руки (шаг правой рукой – глаза вправо, шаг левой – влево). Это же упражнение делаем, двигаясь назад (пятясь).

• «Что находится справа от меня?» Попросите ребенка, не поворачиваясь, перечислить то, что находится справа от него. После этого нужно повернуться направо и снова перечислить то, что теперь находится справа. Пусть он покрутится, а вы спросите: «Что теперь справа от тебя?» Аналогично отрабатываются направления слева, спереди и сзади.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буквы И, Й

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

– Спасибо вам! – сказала Герда и пошла к другим цветам. Она заглядывала в их чашечки и спрашивала:

– Не знаете ли вы, где Кай?

«Снежная королева», Г.-Х. Андерсен

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Мужчина вел большой грузовик. Фары на машине были выключены. Луны тоже не было. Женщина стала переходить дорогу перед машиной. Как удалось водителю разглядеть ее? ***(Был яркий солнечный день или еще варианты, предложенные ребенком.)***

6. Чтение вслух

Предложите ребенку выбрать что-то для совместного чтения из журналов.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 20

Сегодняшнее занятие посвятите повторению. Если вы увидите, что ваш ребенок не успевает что-то усваивать и запоминать, то можете себе пометить и затем сделать повтор материала.

Играйте с изготовленными карточками или просто поиграйте в настольную игру с карточками для пантомимы, объяснения слов.

Сегодня играйте, придумывайте, вспоминайте.

ВАЖНО! Если на изучение одной буквы у вас уходит до 5 дней, то по окончании 30 дней занятий нужно сделать перерыв от 5 до 7 дней и только после этого продолжать. Начинайте всегда с повторения пройденного.

Воспользуйтесь набором упражнений, которые помогут развиваться вашему ребенку гармонично.

Упражнение «Моя комната»

В знакомом ребенку пространстве следует обсудить, что где стоит: «Если стать лицом к окну, то справа будет что? А слева?» и т. д.

Дается задание: «Покажи верхний правый угол впереди» и т. д.

После выработки навыка ориентации в пространстве относительно себя можно переходить к ориентации других объектов относительно друг друга и себя относительно других объектов.

Упражнение «Капризный фотограф»

Фотограф (родитель), желая сделать снимок, дает команды помощнику (ребенку), как рассадить игрушки: корову – справа от зайца, мишку – слева от мышки и т. д. Фотограф все время недоволен и просит помощника по-новому пересаживать зверей.

Усложненная задача выполняется по двухступенчатой инструкции: «Посади утку справа от медведя, а птицу – слева от лисы». Модификация задания – ребенок сам говорит: «Я посадил льва справа от медведя». Затем ребенок становится фотографом, дает инструкцию родителю и проверяет ее

выполнение.

Упражнение «Диспетчер и самолет»

При наличии просторного помещения можно попросить ребенка вообразить себя самолетом, а родитель – диспетчер, прокладывающий самолету путь.

Упражнение «Робот»

Ребенок изображает робота, точно и правильно выполняющего команды человека: «Один шаг вперед, два шага направо, прыжок вверх, три шага налево, вниз (присесть)» и т. д. Затем ребенок играет в непослушного робота, который выполняет все команды наоборот: идет не вперед, а назад; вместо того чтобы подпрыгнуть, приседает; поворачивает не направо, а налево. После того как ребенок, не ошибаясь, в соответствии с условием, начнет быстро выполнять эти задания, усложните программу: «Шаг налево правой ногой; два шага вперед, начиная с левой ноги» и т. д.

Упражнение «Назови часть тела»

Ребенок и родитель стоят друг напротив друга. Один из двоих молча показывает на себе отдельные части тела, а другой называет: «Это твое правое колено, это твой левый глаз» и т. д.

Упражнение «Мама, поверни направо…»

Играть можно на детской площадке, по дороге в школу, в квартире (путешествуя по комнатам). Ребенок говорит: «Мама, поверни направо». Мама: «Поворачиваю, иду». – «Теперь налево». – «Поворачиваю». Если он еще не сообразил, как скомандовать, то должен остановить маму командой: «Стой!» Если поворачивать не нужно, но на пути есть какое-либо препятствие, то дается команда: «Возьми правее (левее)».

Упражнение «Найди свою правую руку»

Сидя напротив ребенка, дайте инструкцию: «Делай своей правой рукой (кстати, где она?) то же, что и я делаю правой». Интересно делать по очереди одинаковые жесты (вытянуть правую руку, потом левую ногу, а в обратном порядке – согнуть сначала левую ногу, а потом правую руку и т. д.).

Упражнение «Найди правый рукав».

Попросите ребенка найти правый и левый ботинок, рукав, карман на одежде, лежащей в различных положениях; отпечаток левой и правой босой ноги.

Устойчивый навык можно выработать только при участии родителей, необходимо постоянно обращать внимание детей на детали одежды, вещи в руках у людей, идущих навстречу по улице, а также проводить подобную работу по картинкам в книгах, журналах.

Повторение

Предложите ребенку вспомнить, какие упражнения, игры вы уже освоили, пусть выполнит одно из них.

День 21

Как всегда, подготовьте чашку с 50–100 мл питьевой воды. Контролируемый прием воды во время физической, эмоциональной, психологической нагрузки помогает справиться с напряжением.

Пригласите ребенка принять участие в приготовлении еды. Объясняйте, к каким категориям относятся продукты, в чем готовится еда.

1. Дыхательные упражнения

И. п. – лежа на спине. Делаем вдох через нос, одновременно поднимаем правую руку и левую ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок. Делаем выдох через открытый рот, одновременно с выдохом опускаем руку и ногу.

То же самое проделать с левой рукой и правой ногой (4–6 раз).

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – сидя, рот открыт, язык высунут и лежит спокойно.

• Ребенок берет в руку предмет (игрушку) и плавно отводит его на расстояние вытянутой руки вправо, следит глазами. Язык поворачивается в другую от глаз сторону (влево).

• Глаза за предметом влево – язык вправо.

• На 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен удержать взгляд в этих крайних точках.

• Отводит игрушку вверх – язык убрать, затем вниз, к носу – язык высунуть, следит за предметом глазами, они должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа.

Упражнение выполняем по 1 разу сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы.

3. Упражнения на координацию движений

Встать на четвереньки, руки параллельны друг другу. Шагают одновременно правая рука – правая нога, левая рука – левая нога.

Глаза и язык – в сторону шагающей руки (шаг правой рукой – глаза и язык поворачиваются вправо, шаг левой – влево).

Это же упражнение выполняем двигаясь назад (пятясь).

«Неправильное зеркало»

И. п. то же, но инструкция изменяется: «То, что я буду делать левой рукой, ты делаешь своей левой рукой (оба поднимают левые руки), а то, что я буду делать правой рукой, ты – правой (поднимаются правые руки)». Таким образом, если родитель переносит свою правую руку вправо относительно себя, то ребенок тоже переносит свою правую руку вправо относительно себя и т. д.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Х

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Где край света? ***(Там, где начинается тень.)***

Добавьте вопросы, связанные со счетом.

6. Чтение вслух

Завершайте занятие чтением вслух.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 22

Как всегда, подготовьте чашку с 50–100 мл питьевой воды. Контролируемый прием воды во время физической, эмоциональной, психологической нагрузки помогает справиться с напряжением.

Подберите красивые картинки с изображением жуков – реалистичные рисунки, фото, мультяшные. Рассмотрите их с ребенком, а затем попросите выбрать одного жука и по картинке придумать про него историю. Помогайте выстраивать рассказ по картинке, задавая наводящие вопросы.

Давай изобразим жука руками, ногами, всем телом. Давай полетаем, как жук, пожужжим.

А теперь сделаем глубокий вдох НОСОМ, а выдыхать будем долго и медленно, при этом взгляд фиксируем на одной точке.

1. Дыхательное упражнение, которое поможет поделиться радостью и хорошим настроением

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет, что весь изнутри наполнился маленькими разноцветными огоньками хорошего настроения. Как воздушный шар!

2. Делает вдох носом, при этом надувая живот.

3. Ребенок задерживает дыхание и делает несколько поворотов верхней частью корпуса – головой и руками – сначала слева направо, затем справа налево. Огоньки радости так и рассыпаются вокруг него!

4. Опустить руки и сделать спокойно длинный выдох через рот.

Как это приятно – поделиться своим хорошим настроением!

Ребенок проделывает упражнение 3 раза.

Необходимо сделать 3 вдоха и выдоха, чтобы выдуть как можно больше огоньков радости!

Научите ребенка этому приему и используйте его в жизни как можно чаще.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – ребенок сидит на полу, ноги и спина прямые. Родитель берет предмет (игрушку) и плавно водит им перед глазами ребенка слева направо и в обратном направлении. Вверх, вниз,

по кругу по часовой стрелке и против.

На 3–4 секунды задерживаем предмет в крайних положениях, ребенок должен удерживать взгляд в крайних точках.

Затем отводим предмет от лица и приводим к носу (ребенок смотрит на предмет глазами, и его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа).

Упражнение выполняется 2–3 раза, сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы.

3. Упражнения на координацию движений

Ребенок стоит на четвереньках. Руки параллельны друг другу. Шагают правая рука – правая нога, левая рука – левая нога. Взгляд направлен в сторону шагающей руки, а язык в противоположную сторону.

Шаг правой рукой – глаза вправо, а язык влево; шаг левой рукой – глаза влево, а язык вправо.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Ж

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит

продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

> *– Очень просто, – объяснила Шапокляк. – Вы ложитесь на газон, и, так как вы зеленый, вас никто не видит. Мы привязываем на веревочку кошелек и бросаем его на мостовую. Когда прохожий нагибается за ним, вы выдергиваете кошелек из-под носа! Здорово я придумала?*
>
> *«Чебурашка и Крокодил Гена», Э. Успенский*

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Сколько месяцев в году имеют 28 дней? ***(Все.)***

6. Чтение вслух

Завершите сегодня занятие чтением вслух интересного текста из интернета. Приучайте ребенка искать полезную информацию в интернете, читать ее и усваивать.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 23

Как всегда, подготовьте чашку с 50–100 мл питьевой воды.

Поиграйте с ребенком «В школу» и проведите это занятие в виде квеста на уроке. Включите сигнал на телефоне и объявите о начале урока.

Сценарий урока:

– Здравствуйте, дети. Здравствуй… (имя вашего ребенка). Начинается урок. Давайте вспомним, какие буквы мы с вами уже знаем. Кто ответит?

А что такое гласный звук? Кто назовет гласные звуки? А какие согласные вы уже знаете?

Теперь возьмите чашечку с водой и сделайте три глотка воды.

А теперь сделаем дыхательные упражнения.

Глубокий вдох НОСОМ, а выдыхаем долго и медленно, при этом взгляд фиксируем на одной точке.

1. Дыхательное упражнение, которое разгонит в душе туман вины

1. Ребенок закрывает глаза и представляет туман вокруг себя. Он вдыхает через нос, надувая живот, и вытягивает обе руки перед собой.

2. Ребенок задерживает дыхание и немного поднимает руки вверх. Затем несколько раз разводит их в стороны и соединяет, как будто разгоняет туман.

3. Далее длинный выдох через рот, и руки возвращаются в исходное положение вдоль тела.

Ребенок проделывает упражнение 3 раза.

Необходимо сделать 3 вдоха и выдоха, потому что за 1 раз туман из неприятных эмоций не рассеется.

Научите ребенка этому приему и используйте его в жизни в ситуации, когда ребенок чувствует себя виноватым и никак не может это чувство прожить.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются. Рот открыт, язык высунут.

Ребенок берет предмет (игрушку) и на расстоянии вытянутой руки плавно водит предметом слева направо и в обратном

направлении перед своими глазами, затем от лица и обратно к носу.

Ребенок следит глазами и поворачивает язык в ту же сторону, что и глаза (глаза за предметом вправо – язык вправо, глаза вверх – язык вверх и т. д.)

На 3–4 секунды задерживаем предмет в крайних положениях, ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках.

Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы.

3. Упражнения на координацию движений

Покажите, какие движения вы уже знаете?

Как можно ходить на четвереньках?

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква У

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

Составляйте из известных букв слова.

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

Вы можете взять материал из школьного учебника.

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка. Добавьте вопросы, связанные со счетом.

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Что можно приготовить, но нельзя съесть? ***(Уроки.)***

6. Подведение итогов

– Что мы сегодня прошли?
– Что понравилось?
Дайте домашнее задание, объясните, что нужно сделать.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 24

История с буквой К про КОТА

Подготовьте 50–100 мл питьевой воды.

Вспомните вместе с ребенком, что он знает про Кота в сапогах? Предложите ребенку нарисовать Кота в сапогах. Мотивируйте ребенка на тщательное выполнение задания. Рисунки ваших детей, а также рассказ о вашем ребенке вы можете прислать в отсканированном виде на электронную почту Психологического центра «ДОМ» pc_dom@mail.ru, мы разместим его на нашем сайте.

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит ненависть

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет свою энергию в виде красной раскаленной спирали.

2. Затем он вдыхает через нос, надувая живот, таким образом впуская в себя спокойствие.

3. Выдох через рот, выпуская весь воздух, но так, чтобы спокойствие осталось внутри.

4. Затем, задержав дыхание, надо наклониться вперед. Руки отвести назад. На задержке дыхания несколько раз округлить и втянуть живот. Пружину надо окутывать спокойствием, постепенно она остывает и становится голубой.

5. Ребенок выпрямляется, делает вдох, а руки возвращает в исходное положение вдоль тела. Красная спираль стала голубой.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что 1 раза недостаточно, чтобы почувствовать, как красная раскаленная спираль ненависти становится голубой и спокойной-спокойной!

Затем ребенок снова начинает дышать ровно и спокойно. Он чувствует себя бодрым и умиротворенным! Теперь он готов заняться чем-нибудь полезным или тем, что просто любит.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – ребенок сидит на полу, ноги прямые, не перекрещиваются.

Берете небольшой предмет (игрушку), плавно водите им перед глазами ребенка слева направо, в обратном направлении и вверх, затем к носу и вниз, на расстоянии вытянутой руки.

При этом рот ребенка открыт, язык высунут и поворачивается в противоположную от глаз сторону (глаза за предметом вправо – язык влево, глаза за предметом вверх – язык вниз, и т. д.).

На 3–4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках.

Упражнение выполняем сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы (4–6 раз).

3. Упражнения на координацию движений

Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Взгляд направлен в сторону шагающей руки (рука вправо – глаза смотрят вправо, рука влево – глаза влево).

Это же упражнение выполняем двигаясь назад (пятясь).

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква К

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

Составляйте из известных букв слова.

5. Игра «Отгадайка»

В эту игру вы можете играть, используя карточки (как предложен вариант с буквами), тогда ребенку будет интересно узнать, какую карточку он вытянет и что ему попадется. Изготовьте карточки по уровню развития ребенка. Добавьте вопросы, связанные со счетом.

Вопрос на сообразительность, внимание, развитие логического мышления.

Может ли страус назвать себя птицей? ***(Нет, так как он не умеет говорить.)***

Однако страус птица или нет? ***(Да.)***

6. Чтение вслух

Завершите сегодня занятие чтением вслух интересного текста из интернета. Приучайте ребенка искать полезную информацию в интернете, читать ее и усваивать.

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 25

Подготовьте чашку питьевой воды. Не забывайте, что контролируемый прием воды во время физической, эмоциональной, психологической нагрузки помогает справиться с напряжением.

Подготовьте к занятию один или несколько разных мячей. Сегодня мы используем в своем букву М. Предложите ребенку вспомнить слова, которые начинаются на М.

Дайте ребенку мяч и попросите его вспомнить упражнения, которые он делал раньше, но теперь их нужно выполнять, используя мяч.

1. Дыхательные упражнения + мяч.

2. Глазодвигательные упражнения + мяч.

3. Упражнения на координацию движений + мяч.

4. Упражнения с буквой М.

Подготовьте карточку с буквой. Достаньте все карточки с буквами, которые ребенок уже изучил. Дайте ребенку попробовать самому написать новую букву у себя на лице. Не спешите показывать. И если только ребенок делает неверно, исправьте его. Посмотрите, как пишется буква по схеме на карточке в приложении.

Составляйте из известных букв слова.

Чтение вслух

1. Попросите ребенка придумать слово и назвать в нем каждую букву. Запишите его на маленький листок бумаги печатными буквами (нарежьте бумагу заранее на листки размером 4 × 6 см). Попросите придумать еще 3–4 слова и запишите их. Попросите ребенка прочитать их, предлагая ему эти слова в разной последовательности. Постепенно наращивайте скорость всякий раз, когда предлагаете новое слово. Увеличивайте количество слов, добавляя к предыдущему по одному слову.

2. Прочитайте несколько глаголов. Попросите ребенка их запомнить. Напишите на листе бумаги. Задача: быстро, сверху вниз читая слова, найти какое-то определенное слово, которое вы обозначите.

3. Предложите ребенку прочитать строчку, повторяя после каждого следующего слова все предыдущие. Например: шить, шить – спасать, шить – спасать – привязать, шить – спасать –

привязать – склоняться и т. д. до конца строчки. Читать максимально быстро. Прочитайте 2–3 раза эту строчку, засекая время.

4. Ребенок придумывает фразы. Вы их записываете и просите прочитать в случайном порядке. Например: «Заяц бежит по лесу», «Кот пьет молоко», «Рыба попалась на удочку» и т. д. Постепенно добавляя по одной фразе, увеличиваете количество фраз до 30–50. А затем предлагаете ребенку прочитать их в произвольном порядке.

Подведение итогов

– Что мы сегодня прошли?
– Что понравилось?

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 26

Посвятите сегодняшний день разбору приемов построения букв:

• есть буквы круглые – это О, С, Э, З;

• есть буквы прямые, состоящие из палочек вертикальных и горизонтальных – это П, Т, Г, Н, Ш, Е, Е, Ч, Щ, Ц;

• есть буквы, состоящие из прямых палочек и кружочков – это Б, В, Ф, Р, Ъ, Ь, Ы, Ю;

• есть буквы, состоящие из прямых и наклонных палочек – И, Й, М, К, Я;

• и буквы с наклонными линиями – У, Х, Л, А, Д.

Как всегда, подготовьте чашку с 50–100 мл питьевой воды.

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит тучу обиды

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую серую тучу у себя в голове. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.

2. Далее ненадолго задерживает дыхание. И на задержке дыхания он описывает головой большой круг. В это же время он представляет вокруг все хорошее, что вернуло бы ему солнышко, но что он упустил из-за своей обиды.

3. Ребенок сильно и быстро выдыхает через рот и выдувает эту большую тучу.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится выдуть всю тучу целиком.

Теперь можно дышать как обычно. От тучи в голове не осталось и следа, а на ее месте появилось солнышко.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – ребенок сидит на полу, ноги прямые, не перекрещиваются.

Ребенок сам держит предмет сначала правой рукой (ведет предмет вправо – глаза и язык вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево – глаза и язык влево), затем вверх, к носу и вниз.

На 3–4 секунды нужно задержать предмет в крайних положениях, ребенок удерживает взгляд в крайних точках.

Упражнение делается сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы.

3. Упражнения на координацию движений

1. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Глаза – в сторону шагающей руки, а язык в противоположную сторону (рука делает шаг вправо – глаза вправо, а язык влево). Это же упражнение выполняем двигаясь назад (пятясь).

2. Ребенок стоит на четвереньках, руки параллельны друг другу. Шаги делать как удобно, при этом рот открыт, язык высунут и двигается в сторону шагающей руки (шаг правой рукой – язык вправо, левой рукой – влево). Это же упражнение выполняем двигаясь назад (пятясь).

4. Упражнения с буквами

Сегодня буквы Л, А

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Чтение вслух

Выберите из предложенных упражнений подходящее для вашего ребенка. Это упражнение должно ему даваться очень легко.

1. Составьте таблицу из пяти столбцов и семи строк и внесите в нее различные имена существительные. Предложите ребенку прочитать строчку, повторяя после каждого следующего слова все предыдущие слова. Например:

кот,

кот – лист,

кот – лист – груша,

кот – лист – груша – пиджак,

кот – лист – груша – пиджак – капуста

и т. д. до слова «чай». Рекомендуется читать предыдущие слова как можно быстрее, но при этом ребенок должен осмысливать каждое слово.

Прочитайте еще 2–3 раза каждую строчку «по кругу» на время. Проделайте то же с другими строчками.

Если ваш ребенок еще не читает, то обязательно покажите ему то, что вы читаете, а он за вами будет повторять.

2. Используйте для занятий книжку с картинками, изображающими какие-либо предметы, под которыми написано их название. Если такой книги нет, нарисуйте картинки сами. Занимаясь по такой книжке, ребенок легче постигает значение слова, поскольку он видит картинку. Прочитайте вместе книжку несколько раз, старайтесь, чтобы он читал ее с каждым разом быстрее.

3. Выберите 4 картинки с надписями под каждой из них. Читайте слова много раз «по кругу». Затем читайте в разном порядке. Постепенно наращивайте скорость чтения. Затем предложите ребенку следующие 4 картинки. Снова проделайте то же самое и т. д.

4. Учите детей понимать смысл глаголов. Для этого прочитайте глагол (или пусть это сделает ребенок) и спросите его, что значит *петь, шить, прыгать, хватать* и т. д. Предложите ребенку изобразить данное действие и обязательно вспомнить случаи из собственного опыта, когда он использовал данный глагол. Например: шить – шил одежду для игрушек, для новогоднего праздника, пришивал пуговицу и т. д. Для увеличения скорости воспроизведения в памяти данных ситуаций ребенок может проделывать это мысленно, «про себя», а на бумаге каждую ситуацию фиксировать палочкой (//////). Качество чтения во многом зависит от способности найти глагол в предложении и понять его значение.

5. Прочитайте четыре глагола несколько раз «по кругу» с увеличением скорости. Например: шить, пилить, ковать, прыгать, шить… добавьте еще один глагол и снова читайте с ускорением и т. д. Затем так же читайте другую группу из четырех глаголов, прибавляя к ней по одному слову, и т. д.

Подведение итогов

– Что мы сегодня прошли?

– Что понравилось?

Уровень выполнения заданий ***сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 27

Подготовьте 50–100 мл питьевой воды.

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит облако грусти

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большое облако у себя в голове.

2. Делает вдох через рот, надувая живот.

3. А потом сильно-сильно выдыхает через нос, втягивая живот, и выдувает прочь облако грусти!

4. Ребенок задерживает дыхание, зажимает нос пальцами и думает изо всех сил об этом облаке.

5. Далее открывает свой нос, убирает руки и дышит спокойно.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится растворить все облако грусти!

Теперь можно дышать как обычно. От облака в голове не осталось и следа, и теперь на его месте появилось голубое небо!

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – стоя. Ребенок следит за предметом, не поворачивая головы.

Родитель берет игрушку и плавно водит ею перед глазами ребенка слева направо и в обратном направлении на расстоянии вытянутой руки, затем вверх, вниз и к носу (ребенок следит за предметом глазами, они должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). На 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях. Ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы по 4–6 раз.

3. Упражнения на координацию движений

1. Ребенок движется на четвереньках боком (сначала правым, затем левым):

• шаг делаем одновременно правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой и т. д. (приставной шаг), при этом ребенок направляет язык в сторону шагающей руки (правая рука – язык вправо, левая рука – язык влево);

• шаг делаем одновременно правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой, при этом ребенок направляет язык в сторону шагающей руки (шаг делает правая рука – язык вправо, шаг делает левая рука – язык влево). Упражнение повторяется 4–6 раз.

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Д

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Предложите ребенку самому придумать задания, для этого подготовьте чистые карточки. Ребенок записывает или рисует свои задания (взрослый помогает записать). Затем взрослый старается отгадать.

6. Чтение вслух

1. Возьмите сказку с картинками, под которыми написаны одна или две строчки текста. Читая текст в медленном темпе, указывайте ребенку карандашом или указкой на то слово, которое вы читаете. Прочитайте эту книгу несколько раз.

2. Попросите ребенка прочитать ту книжку, которую он знает наизусть. Пусть вас не смущает, что он больше припоминает, нежели читает текст самостоятельно. Такая тренировка очень полезна. Дело в том, что постепенно внимание ребенка, направленное на процесс припоминания, будет переключено на текст, который он с легкостью прочитает, зная содержание.

Так ребенку легче учиться, он верит в свои возможности. А вера в себя творит чудеса.

День 28

1. Дыхательное упражнение, которое спасет от ревности

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет свое сердце, скованное цепочками. Он кладет руки себе на грудь и делает вдох через нос, надувая при этом живот.

2. Ребенок глубоко дышит. Он набирает в грудь воздух, представляет, как его руки раздвигаются, а сердце раздувается и цепочки на нем рвутся.

3. Далее со всей силой выдыхает через рот, его руки сдвигаются. Он выдул из себя порванные цепочки.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не избавиться от остатков цепочек! Теперь можно дышать как обычно. Сердце освободилось от цепочек, чернота ушла. На душе светло и солнечно.

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – стоя. Родитель берет небольшой предмет и плавно водит им перед глазами ребенка на расстоянии вытянутой руки слева направо и в обратном направлении, затем вверх, вниз и к носу.

Ребенок следит за предметом, не поворачивая головы. Взгляд и язык направлены в одну сторону (глаза за предметом вправо – язык вправо, глаза вверх – язык вверх и т. д.). На 3–4 секунды задерживайте предмет в крайних положениях. Ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках.

Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы.

3. Упражнения на координацию движений

Ребенок движется на четвереньках боком:

1) делаем шаг одновременно правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой и т. д. (приставной шаг), при этом ребенок направляет взгляд в сторону шагающей руки (шаг правой рукой – глаза вправо, шаг левой рукой – глаза влево);

2) шаг одновременно правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой, при этом ребенок направляет взгляд

в сторону шагающей руки (шаг правой рукой – глаза вправо, шаг левой рукой – глаза влево).

4. Упражнения с буквами

Сегодня буква Ю

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Графические диктанты

Родитель диктует: «Начиная с третьей клетки: одну клетку вправо… две – вниз… одну – влево» и т. д. Более сложный вариант – движение по диагональным направлениям, например: «Одну клетку направо вверх, две клетки направо, одну – налево вниз». Фигуры для диктантов, вначале простые, должны постепенно усложняться.

Каждый родитель легко может сам наметить по клеточкам различные орнаменты, фигуры, буквы и т. п., чтобы использовать их для диктанта. Дети с большим удовольствием занимаются этой работой. «Графические диктанты» рекомендуется выполнять следующим образом:

• сначала ребенок выполняет инструкцию правой рукой, а затем – левой рукой;

• ребенок рисует в направлении, противоположном тому, которое называет взрослый (например, не направо вверх, а налево вниз). Этот прием можно предложить как игру «Непослушный ученик»;

• после того как освоено выполнение графических диктантов одной рукой, переходят к их двуручному написанию: сначала обе

руки двигаются по инструкции, затем обе руки – в сторону, противоположную той, которая указана в инструкции; после этого правая рука – по инструкции, а левая – в противоположную сторону, и наоборот;

• по команде взрослого дети рисуют часть направлений в соответствии с инструкцией, а другую часть – в противоположном направлении, затем – снова в заданном направлении и т. д.

Обязательно предложите ребенку самому продиктовать графический диктант вам или другим детям, а потом проверьте работу.

6. Чтение вслух

Пусть ребенок выберет книгу, которую он хотел бы послушать. Прочитайте ему небольшой отрывок и поговорите с ребенком о прочитанном.

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2

Дата выполнения задания:

День 29

1. Дыхательное упражнение, которое прогонит злость

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую черную грозовую тучу у себя в голове.

2. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.

3. Руки вдоль туловища. При вдохе сжимаются кулаки.

4. На задержке дыхания надо быстро поднимать и опускать плечи несколько раз, как будто закачивать насосом всю свою злость в эту тучу.

5. Далее ребенок со всей силы выдыхает через рот, расслабляя руки и плечи. Он выдул из себя тучу злости!

2. Глазодвигательные упражнения

И. п. – стоя. Родитель берет небольшой предмет и плавно этим предметом перед глазами ребенка на расстоянии вытянутой руки слева направо и в обратном направлении, затем вверх, вниз и к носу. Ребенок следит за предметом, не поворачивая головы. Язык поворачивается в противоположную от глаз сторону, то есть глаза за предметом вправо – язык влево, глаза влево – язык вправо, глаза вверх – язык вниз и т. д. Когда предмет около носа, глаза должны сходиться к переносице. На 3–4 секунды задерживать предмет в крайних положениях. Ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и наконец около переносицы.

3. Упражнения на координацию движений

Ребенок движется на четвереньках боком:

1) делаем одновременно шаг правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой, при этом во время второго шага руки перекрещиваются, глаза и язык направлены в сторону шагающей руки (шаг правой рукой – глаза и язык вправо, левой – влево);

2) делаем одновременно шаг правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой, при этом ребенок направляет глаза и язык в сторону шагающей руки (шаг правой рукой – глаза и язык вправо, левой – влево).

Проделать упражнения, прописанные в п. 2 этого занятия, но с изменениями (шаг правой рукой – глаза и язык влево, левой рукой – вправо).

4. Упражнения с буквами

Расскажите о том, как «звучит» Я. На этом занятии вам обязательно понадобится яблоко. Расскажите ребенку о том, что яблоко – это фрукт, яблоня вырастает из маленького семечка и лишь потом становится большим фруктовым деревом. Сначала яблоня цветет, а затем появляются плоды. Но больше всего буква Я знаменита тем, что она стоит последней в алфавите и с помощью этой буквы каждый человек называет себя – «Я». Предложите ребенку вспомнить слова с буквой Я и нарисовать себя.

Сегодня буква Я

Шаг 1. Ребенок пробует написать самостоятельно у себя на лице указательным пальцем ведущей руки новую букву.

Шаг 2. Затем пишет букву в подготовленную вами схему или скопированную из книги на листе бумаги, в тетради.

Шаг 3. В предложенной ниже схеме букв надо зачеркнуть букву, которую сегодня проходите.

Вы можете предложить ребенку любой текст, в котором он должен находить предложенную букву и зачеркнуть ее.

С Ш Я Л Й Щ У Б А Э В Ъ С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х
Ш Н М Ж Ы И З Н О П К Х Ь В Р Ч К Э С Н А И Ю С В Х В Я Х Е Н А
И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Б С А В С Н А Е К Е А Х З Х Ь Г
Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Х В Я Х В К Е С В С Н А И С А Ш Я Л Й Щ
У Б А Э В Ъ О С З Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х Н Б А Э В Ъ С З
Х Ь Г Е Ч В И Ъ Т Щ Д Ф Ь М Х А И С Н Х Е К

5. Игра «Отгадайка»

Прочитайте ребенку фрагмент произведения, притом что раньше он уже слышал его. Пусть ребенок вспомнит продолжение, отгадает, откуда этот кусочек, кто автор, кто главные герои.

> *Оказывается, Том, быть богатым вовсе не такое веселое дело. Богатство – тоска и забота, тоска и забота…*

«Приключения Тома Сойера», Марк Твен

6. Чтение вслух

Пусть ребенок выберет книгу, которую он хотел бы послушать. Прочитайте ему небольшой отрывок и поговорите с ребенком о прочитанном.

Уровень выполнения задани***й сегодняшнего дня***: 0 1 2
Дата выполнения задания:

День 30

Предложите ребенку провести это заключительное занятие 30-дневного марафона совместно с вами. Не забудьте подготовить к занятию карточки, книги, бумагу, карандаши, краски, свистульки. Расскажите, что ребенок узнал 33 буквы русского алфавита. Предложите ему несколько упражнений из всех занятий. Напоминайте ему шаги и их очередность, если он забыл. А также предложите ребенку самому придумать или вспомнить упражнения и дать вам инструкцию. Выполняйте его инструкции. Ошибайтесь. Просите его помочь и разъяснить задания.

Напомните ребенку все виды эмоционального дыхания, которым вы его обучили за этот 30-дневный марафон.

Дыхательное упражнение, которое поможет поделиться радостью и хорошим настроением

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет, что весь изнутри наполнился маленькими разноцветными огоньками хорошего настроения. Как воздушный шар!

2. Делает вдох носом, при этом надувая живот.

3. Ребенок задерживает дыхание и делает несколько поворотов верхней частью корпуса – головой и руками – сначала слева направо, затем справа налево. Огоньки радости так и рассыпаются вокруг него!

4. Опустить руки и сделать спокойно длинный выдох через рот.

Как это приятно – поделиться своим хорошим настроением!

Ребенок проделывает упражнение 3 раза. Необходимо сделать 3 вдоха и выдоха, чтобы выдуть как можно больше огоньков радости!

Научите ребенка этому приему и используйте его в жизни как можно чаще.

Дыхательное упражнение, которое разгонит в душе туман вины

1. Ребенок закрывает глаза и представляет туман вокруг себя. Он вдыхает через нос, надувая живот, и вытягивает обе руки перед собой.

2. Ребенок задерживает дыхание и немного поднимает руки вверх. Затем несколько раз разводит их в стороны и соединяет, как будто разгоняет туман.

3. Далее длинный выдох через рот, и руки возвращаются в исходное положение вдоль тела.

Ребенок проделывает упражнение 3 раза. Необходимо сделать 3 вдоха и выдоха, потому что за 1 раз туман из неприятных эмоций не рассеется.

Научите ребенка этому приему и используйте его в жизни в ситуации, когда ребенок чувствует себя виноватым и никак не может это чувство прожить.

Дыхательное упражнение, которое прогонит ненависть

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет свою энергию в виде красной раскаленной спирали.

2. Затем он вдыхает через нос, надувая живот, таким образом впуская в себя спокойствие.

3. Выдох через рот, выпуская весь воздух, но так, чтобы спокойствие осталось внутри.

4. Затем, задержав дыхание, надо наклониться вперед. Руки отвести назад. На задержке дыхания несколько раз округлить и втянуть живот. Пружину надо окутывать спокойствием, постепенно она остывает и становится голубой.

5. Ребенок выпрямляется, делает вдох, а руки возвращает в исходное положение вдоль тела. Красная спираль стала голубой.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что 1 раза недостаточно, чтобы почувствовать, как красная раскаленная спираль ненависти становится голубой и спокойной-спокойной! Затем ребенок снова начинает дышать ровно и спокойно. Он чувствует себя бодрым и умиротворенным! Теперь он готов заняться чем-нибудь полезным или тем, что просто любит.

Дыхательное упражнение, которое прогонит тучу обиды

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую серую тучу у себя в голове. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.

2. Далее ненадолго задерживает дыхание. И на задержке дыхания он описывает головой большой круг. В это же время он представляет вокруг все хорошее, что вернуло бы ему солнышко, но что он упустил из-за своей обиды.

3. Ребенок сильно и быстро выдыхает через рот и выдувает эту большую тучу.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится выдуть всю тучу целиком.

Теперь можно дышать как обычно. От тучи в голове не осталось и следа, а на ее месте появилось солнышко.

Дыхательное упражнение, которое прогонит облако грусти

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большое облако у себя в голове.

2. Делает вдох через рот, надувая живот.

3. А потом сильно-сильно выдыхает через нос, втягивая живот, и выдувает прочь облако грусти!

4. Ребенок задерживает дыхание, зажимает нос пальцами и думает изо всех сил об этом облаке.

5. Далее открывает свой нос, убирает руки и дышит спокойно.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится растворить все облако грусти!

Теперь можно дышать как обычно. От облака в голове не осталось и следа, и теперь на его месте появилось голубое небо!

Дыхательное упражнение, которое спасет от ревности

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет свое сердце, скованное цепочками. Он кладет руки себе на грудь и делает вдох через нос, надувая при этом живот.

2. Ребенок глубоко дышит. Он набирает в грудь воздух, представляет, как его руки раздвигаются, а сердце раздувается и цепочки на нем рвутся.

3. Далее со всей силой выдыхает через рот, его руки сдвигаются. Он выдул из себя порванные руки сдвигаются. Он выдул из себя порванные цепочки.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не избавиться от остатков цепочек! Теперь можно дышать как обычно. Сердце освободилось от цепочек, чернота ушла. На душе светло и солнечно.

Дыхательное упражнение, которое поможет побороть страх

1. Ребенок закрывает глаза. Он делает вдох через нос и задерживает дыхание. Затем кладет обе руки себе на голову и представляет сверкающие доспехи, от которых сразу станет светло.

2. Ребенок задерживает дыхание на вдохе и руками в воздухе рисует вокруг себя доспехи, которые сверкают, как солнце.

3. Закрывшись со всех сторон доспехами, ребенок сильно-сильно делает выдох и выдувает из себя свой страх.

Ребенок делает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза,

потому что за 1 раз весь страх не выдуешь. Теперь можно дышать как обычно.

Дыхательное упражнение, которое прогонит злость

1. Ребенок закрывает глаза. Он представляет большую черную грозовую тучу у себя в голове.

2. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот.

3. Руки вдоль туловища. При вдохе сжимаются кулаки.

4. На задержке дыхания надо быстро поднимать и опускать плечи несколько раз, как будто закачивать насосом всю свою злость в эту тучу.

5. Далее ребенок со всей силы выдыхает через рот, расслабляя руки и плечи. Он выдул из себя тучу злости!

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз не получится выдуть из себя все-все-все молнии! Теперь можно дышать как обычно. От тучи в голове не осталось и следа, и теперь на ее место можно позвать солнышко.

Дыхательное упражнение, которое победит стеснение

1. Ребенок закрывает глаза и представляет перед собой красивый костюм тигра. Он делает вдох через нос, надувая при этом живот, и вытягивает руки перед собой.

2. На задержке дыхания подцепляет костюм, как будто у него есть когти, и надевает его на себя.

3. Сильный и смелый, как тигр, ребенок делает выдох через рот. Расслабляет плечи и руки.

4. Ребенок говорит себе, что он теперь такой же сильный и смелый, как тигр.

Ребенок проделывает это упражнение 3 раза. Да, целых 3 раза, потому что за 1 раз настоящим тигром не станешь! Теперь можно дышать как обычно.

Ребенок чувствует себя сильным и уверенным, как настоящий тигр. У него на душе ясно и светло – и никаких облаков!

Вспомните, из каких составляющих частей состояли ваши занятия.

1. Дыхательные упражнения.

2. Глазодвигательные упражнения.

3. Упражнения на координацию тела в виде игры.

4. Буквы.

5. Игры.

6. Чтение вслух.

Поблагодарите ребенка за проведенное занятие, за

интересные упражнения. Расскажите ему, что вам больше всего понравилось.

И конечно, отпразднуйте победу в марафоне.

Упражнения для заключительного занятия, которые вы можете использовать

1. Если ребенок уже начал читать. Выберите предложение в 1,5–2 строчки. Прочитайте первое слово, затем прочитайте его еще раз. Быстро повторив первое слово, прочитайте второе; повторив первые два – третье и т. д. до конца предложения. Например: «У одного…», «У одного крестьянина…», «У одного крестьянина был…», «У одного крестьянина был сын…», «У одного крестьянина был сын ростом…», «У одного крестьянина был сын ростом с мизинчик».

Старайтесь каждый раз читать предыдущие слова все быстрее и быстрее. Дойдя до конца предложения, еще несколько раз прочитайте его.

Ежедневно проделывайте подобную работу, используя всякий раз 2–3 предложения. Это позволит ребенку перейти от чтения по слогам к чтению словами и значительно лучше понимать содержание текста. Если ребенок еще не читает, то можете с ним играть в эту игру устно. Вы говорите, а ребенок повторяет.

2. Читайте с ребенком скороговорки многократно от начала до конца «по кругу». Постепенно увеличивайте скорость чтения, указывая пальцем на прочитанные слова. Когда читают оба родителя, ребенок должен следить за текстом и стараться увидеть то слово, которое произносится. Предложите ребенку читать его самостоятельно. Продолжайте читать эти скороговорки, даже когда ребенок выучит их наизусть. Проведите соревнование, используя секундомер.

3. Предложите ребенку за одну минуту вспомнить как можно больше различных существительных. Ребенок произносит вслух существительное и ставит палочку на бумаге. По окончании одной минуты подсчитайте количество слов. Стремитесь к увеличению количества слов.

4. Предложите ребенку придумать смысловой ряд из двух существительных и глагола. Например:

- Котенок пьет молоко.
- Ручкой пишут на бумаге.
- Машина едет по дороге.
- Пальто висит на вешалке.
- Мелом пишут на доске.
- Ученик читает книгу.
- Учитель объясняет урок.

В течение минуты, быстро произнеся вслух придуманные ребенком смысловые ряды, попросите его палочками отмечать их количество на бумаге. Стремитесь к увеличению числа смысловых рядов.

5. Работа с существительными. Прочитайте одно слово, например «гриб». Соблюдая очередность, вместе со своим ребенком отвечайте на вопрос: «О чем может идти речь в тексте, где использовано это слово?»

1-й (взрослый) – о лесе;
2-й (ребенок) – о грибниках;
1-й – о белках, которые сушат грибы;
2-й – об осени;
1-й – о разновидностях грибов;
2-й – об осторожности при сборе грибов;
1-й – о консервировании грибов;
2-й – о приготовлении пищи
и т. д.

Все это надо проделывать быстро. Если скорость значительно снизилась, возьмите другое слово и продолжайте ту же работу.

Теперь упражняйтесь с двумя словами. О чем может идти речь, если в тексте есть слова «кот» и «лист»?

1-й (взрослый) – о том, как кот играл с листом;
2-й (ребенок) – о том, как кота засыпало листьями;
1-й – о том, как кота щекотали листья;
2-й – о том, как кот разорвал лист;
1-й – о листе бумаги, на котором нарисован кот;
2-й – о коте, который порвал этот лист
и т. д.

Упражнение

Возьмите одно слово, например «кнопка». По очереди предлагайте варианты, где и для чего можно применить этот предмет.

Например:

1-й (вы) – для прикрепления бумаги к доске;
2-й (ребенок) – можно бросить в окно, чтобы подать сигнал;
1-й – сдать в металлолом;
2-й – провести окружность;
1-й – положить на стул
и т. д.

6. Если ребенок знает буквы (или несколько букв), предложите ему следующую игру. В книжке с крупным шрифтом нужно просматривать слова, подчеркивая (карандашом) букву «а»

в течение пяти минут. Старайтесь не пропускать слова! Через 5 минут вместе проверьте, нет ли пропущенных букв. Объясните ребенку, что быть внимательным – это значит, например, не пропускать буквы. Сравнивая количество прочитанных строчек и пропущенных букв, вы сможете следить за успехами вашего ребенка. Выберите другую букву и выполните упражнение снова.

Усложните задание. Букву «о», например, обвести в кружок, а букву «п» – в квадрат и т. д. Над страницей нарисуйте образец. Далее 3 буквы обводить в кружок, квадрат, треугольник, подчеркивать, зачеркивать и т. д.

Очень часто при заучивании наизусть какого-либо материала выявляется ограниченный объем памяти ребенка. Это проявляется в том, что при заучивании последующих элементов текста предыдущие, уже выученные, забываются.

Упражнение

Согните руки в локтях, ладони внутрь, пальцы согнуты. В любом порядке открывайте и закрывайте ладони: левую – открыть, правую – открыть, левую – закрыть, правую – закрыть, обе – открыть, левую – закрыть, правую – закрыть, левую – открыть одновременно, правую – открыть, обе – закрыть и т. д.

Ребенок сидит напротив вас и открывает и закрывает ладошки в зеркальном отражении, то есть если у вас правая, то у ребенка – левая. Он старается, сначала медленно, а потом все быстрее, открывать и закрывать нужную ладошку.

Упражнение

Работа с существительными. Скажите ребенку слово «кот». Он повторяет «кот». Вы добавляете слово «лист» – он повторяет «кот», «лист». Вы предлагаете еще одно слово – «груша», и ребенок вспоминает: «кот», «лист», «груша» и т. д. Постарайтесь запомнить максимальное количество слов.

Ежедневно выполняйте это упражнение 2–3 раза. Старайтесь, чтобы ребенок запомнил максимальное количество слов.

Упражнение

Возьмите книгу. Прочитайте одно предложение и попросите ребенка «своими словами» пересказать прочитанное. Вы читаете второе предложение, а ребенок снова кратко пересказывает первое предложение и второе. Вы читаете третье предложение, а ребенок заново пересказывает все три и т. д.

Точно так же прочитайте и перескажите второй абзац, затем первый и второй абзацы вместе. Прибавьте третий и т. д. (10–15 минут).

Работа памяти во многом зависит от способности вспоминать уже известную информацию. Для развития этого процесса нужно не только формально повторять материал, но, самое главное, вспоминать быстро. Этот метод называется методом скоростного воспроизведения.

Упражнение

Выучите четыре существительных. Вспоминайте вслух эти слова, увеличивая скорость воспроизведения и делая акцент на первом слове. Например: КОТ, лист, груша, пиджак; КОТ, лист, груша, пиджак; КОТ, лист, груша, пиджак и т. д.

Доведите скорость воспроизведения до максимальной.

Затем возьмите следующие 4 слова.

Проделайте это упражнение 3–4 раза.

Упражнение

Проделайте то же самое, используя глаголы.

Рассмотрим работу методов увеличения объема и скоростного воспроизведения на примере заучивания скороговорок.

Учим первую строчку.

1. НА реке поймали рака.

2. НА реке поймали рака.

3. НА реке поймали рака.

Повторяйте каждую строчку 3–4 раза. Ускоряйте повторение. Делайте акцент на первом слоге, стараясь не смотреть в текст.

Учим вторую строчку.

1. ИЗ-ЗА рака вышла драка.

2. ИЗ-ЗА рака вышла драка.

3. ИЗ-ЗА рака вышла драка.

Связываем первую и вторую строчки.

1. НА реке поймали рака.

2. ИЗ-ЗА рака вышла драка.

Повторите 5–6 раз с ускорением эти две строчки.

Учим третью строчку.

1. ЭТО Лешка забияка.

2. ЭТО Лешка забияка.

3. ЭТО Лешка забияка.

Связываем 3 строчки.

1. НА реке поймали рака.

2. ИЗ-ЗА рака вышла драка.
3. ЭТО Лешка забияка.

Учим так же четвертую строчку и связываем с тремя предыдущими.

1. НА реке поймали рака.
2. ИЗ-ЗА рака вышла драка.
3. ЭТО Лешка забияка.
4. СНОВА в реку бросил рака.

Повторите 5–6 раз с ускорением, делая акцент на первом слове каждой строчки.

Так же выучить второе четверостишие и повторить с ускорением все вместе.

Снова в реку бросил рака.
Рак гуляет под водой…
Повернись ко мне спиной!

Хорошо, если все четверостишия вы сможете воспроизвести за 10 секунд, отлично – если за 6.

Точно так же можно учить любые стихи, которые предлагают ребенку в садике или в школе, в том числе и на иностранном языке.

В результате такой работы мы получаем два эффекта.

Первый – эффект «давления информации», проявляющийся в том, что выученное таким образом стихотворение само вспоминается. Стоит вспомнить только первое слово, как уже вся строчка «звучит в голове», и ее нужно только произнести.

Второй эффект проявляется в том, что если выученные таким образом стихи (и любую информацию) повторять с ускорением в течение недели каждый день по 5 минут, то они практически не забываются. То есть информация остается в памяти на всю жизнь!

Упражнение

Выберите в книге, которую вы читаете ребенку, предложение в 2–3 строчки. Ребенок включает секундомер. Вы читаете вслух это предложение в медленном темпе. Засеките время и запишите. Теперь вы включаете секундомер, а ребенок читает то же самое, но как можно быстрее. Запишите время. Старайтесь читать все быстрее и быстрее. Доведите скорость чтения этого предложения до максимума (вслух).

Обычно взрослый читает быстрее, но у ребенка значительно скорее растет результат.

Обязательно похвалите ребенка! Ему это так необходимо! Помните, что если ваш ребенок не хочет читать, то он, во всяком случае, захочет соревноваться с вами. Дух соперничества позволит ему быстрее освоить навыки чтения.

Для детей, которые уже читают целые слова, при выполнении упражнений вместо предложения используйте абзац или отрывок из этой же книги.

Заключение

Вы прошли со своим ребенком 30-дневный марафон. В котором вы вместе прилагали творчество и усердие, находили продуктивные приемы в коммуникации, учились справляться с эмоциями. Вы изменились, и, как говорил Эрих Фромм, если в жизни нет идеала, к которому стремишься, о котором мечтаешь, который хочешь осуществить, то нет причины прилагать усилия. Через правильно подобранные приемы у детей развиваются мотивация и потребность получить результат.

Знаете, как из детей вырастают счастливые взрослые, которые радуются жизни, ценят каждое ее мгновение, умеют ставить сами себе мотивационные цели? Такие люди имеют в своей копилке детские позитивные, солнечные воспоминания о том, как самая красивая, любимая, нежная мамочка играла в ладушки и говорила голосом любимого мишутки, а вы за вашу любимую куклу рассказывали истории. Как смелый и сильный папа учил играть в вышибалы и подсказывал такие фишки, с помощью которых вы точно выигрывали. Когда умные, вдохновляющие воспитатели и учителя придумывали такие необыкновенные игры, что новые знания не просто запоминались, а оставались с вами на всю жизнь.

Ф. М. Достоевский писал: «Знайте же, что нет выше и сильнее, и здоровее, и полезнее впредь для жизни, как хорошее какое-нибудь воспоминание, и особенно вынесенное еще из детства, из родительского дома. Вам много говорят про воспитание ваше, а вот какое-нибудь этакое прекрасное, святое воспоминание, сохраненное с детства, может быть, самое лучшее воспитание и есть. Если много набрать таких воспоминаний с собою в жизнь, то спасен человек на всю жизнь. И даже если и одно только хорошее воспоминание при нас останется в нашем сердце, то и то может послужить когда-нибудь нам во спасение».

Не теряйте время на наставления, нравоучения, замечания, лучше посвятите время формированию и развитию у ребенка позитивного и адекватного восприятия мира, а это всегда проще и интереснее сделать через игру. Важно не то, что ребенок получает во время игры, а то, кем и каким он становится. Ведь именно через совместную деятельность, через игру ребенок развивает такие качества, как воля, целеустремленность (постановка цели и удержание ее), мотивация к результату, а не только к процессу, умение переживать победу и поражение.

Если вы хотите привить ребенку стремление к знаниям, развить волевые качества, то не нанимайте репетиторов,

не отдавайте его в кружки, лучше научите его через игру страстной любви к действию и самостоятельному достижению результата.

Список литературы

Айхингер А., Холл В. Детская психодрама в индивидуальной и семейной терапии, в детском саду и школе (пер. с нем. Климовой Е. А., Комаровой В. В.) / Генезис. Серия: Детская психотерапия, 2005. – 336 с.

Выготский Л. Психология искусства. СПб., 2000.

Гарднер Р. Психотерапия детских проблем (пер. с англ. Алексеевой Н., Захаревича А., Шейниной Л.) / Речь. Серия: Современная психотерапия, 2002. – 416 с.

Ильин Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности. – СПБ.: Питер, 2009. – 488 с.

Капщук О. Н. Игротерапия и сказкотерапия. Развиваемся играя / Феникс, 2011. – 222 с.

Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и внутреннего ребенка. – М., 1999.

Осорина М. В. Секретный мир ребенка в пространстве мира взрослых. – СПб., 1999.

Строганов А. Е. Психотерапия на базе театральных систем. Практическое руководство / Наука и Техника. Серия: Мир психологии и психотерапии, 2009. – 496 с.

Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения. – СПб: Речь, 2002. – 306 с.

Шишкова С. Ю. Буквограмма. В школу с радостью: коррекция и развитие письменной и устной речи. От 5 до 14 лет. 8-е издание, дополненное. – АСТ, 2018. – 192 с.

Шишкова С. Ю. Создайте счастливый сценарий вашей жизни. Театротерапия. Тесты и упражнения для детей и взрослых. – АСТ, 2018. – 320 с.

Шишкова С. Ю. Буквограмма. От 0 до 3. Развиваем мышление, речь, память, внимание. – АСТ, 2018. – 288 с.

Шишкова С. Ю. Буквограмма. От 3 до 6. Развиваем устную и письменную речь у дошкольников. Уникальная комплексная программа развития малышей. – АСТ, 2018. – 352 с.

Фирсова Н. Г. Театротерапия как одна из технологий в работе по предупреждению и преодолению дезадаптации детей дошкольного учреждения.